Dhammapada

Oversatt av Kåre A. Lie

Innledning

Til tross for sitt beskjedne omfang hører Dhammapada med blant verdenslitteraturens klassikere. Denne lille samlingen av vers forener i seg både populære og filosofiske aspekter av Buddhas lære, og dette er kanskje grunnen til den store anseelse og popularitet som Dhammapada alltid har nytt. Dens budskap er tidløst, den taler like direkte til mennesket i dag som den gjorde for mer enn to tusen år siden.

Men selv om mange av versene er uttrykk for en tidløs visdom som alle kan fatte direkte, finnes det også vers i samlingen som forutsetter en viss kjennskap til buddhismens tankeunivers. For lettere å kunne se versene i en større sammenheng kan det derfor være en fordel å gjøre seg kjent med denne tankeverdenen. Derfor skal vi gi en kort oversikt over Buddhas liv og lære, samt den skrifttradisjon Dhammapada tilhører.

Til grunn for denne oversikten skal vi legge tre prinsipper. For det første vil vi presentere buddhismen i størst mulig utstrekning på dens egne premisser og gi referanser til Dhammapadas egne ord så langt råd er. For det andre vil vi forsøke å gi Buddhas tanker en form som kan bidra til å gjøre dem levende for norske lesere av i dag. Og for det tredje skal vi trekke inn enkelte vurderinger, resultater og teorier fra nyere forskning, uten at denne enkle innføringen skal gjøre krav på vitenskapelig status.

1. India på Buddhas tid

Vi vet ikke nøyaktig når Buddha levde. Kildene forteller at han ble 80 år gammel, men det finnes ulike tradisjoner for hvilket år han ble født. Ifølge en av tradisjonene døde han omkring 480 f.Kr., og dette er et årstall man fortsatt kan finne i mange oppslagsverker. Men de ulike tradisjonene er som sagt svært divergerende, og man kan finne Buddhas død datert helt fra 2420 f.Kr. til 290 f.Kr.

I 1988 ble det holdt et stort symposium i Göttingen der eksperter fra forskjellige tradisjoner og forskningsmiljøer i både øst og vest kom sammen for å drøfte dateringsproblemet. Noen konsensus ble ikke oppnådd, men de fleste forskerne støttet en datering omkring 400 f.Kr., pluss/minus ca. 20 år, noe som i så fall betyr at Buddhas levetid muligens bør flyttes omkring hundre år nærmere vår tid enn hva vanligvis har vært antatt.

Et interessant argument for dette er arkeologisk. De gamle buddhistiske tekstene beskriver et levende og blomstrende byliv i det nordlige India, og arkeologiske funn tyder på at dette miljøet først vokste fram utpå 400-tallet f.Kr. Hvis dette er riktig, og byene var i sterk

vekst på Buddhas tid, kan dette ha skapt sosiale omveltninger der mange kan ha følt at de ble rykket opp fra sine tilvante sosiale røtter. Den usikkerheten og rotløsheten dette kan ha ført med seg, kan ha gjort at mange følte behov for et nytt holdepunkt i livet, noe som igjen kan ha bidratt til at både buddhismen og andre lignende bevegelser, som jainisme og ajivika, appellerte til mange og fikk stor vekst og utbredelse.

Politisk var det nordlige India mellom Himalaya (*304*) (tallene i kursiv viser til vers i Dhammapada) og Vindhya-fjellene delt opp i en rekke større og mindre stater med ulike politiske strukturer, fra aristokratiske republikker som Vajji- og Sakya-forbundet, til sentraliserte kongedømmer som Kosala og Magadha. Disse kongedømmene førte en aggressiv politikk mot nabostatene, og et par hundre år etter Buddhas levetid hadde Magadha slukt alle de andre statene i det nordlige India. Men felles språk og kultur bidro likevel til å knytte folk sammen over dette store området, og det hendte at det ble omtalt med fellesnavnet Majjhimadesa – Midtlandet.

Majjhimadesa ble ikke bare rystet av sosiale og politiske omveltninger. Også på det religiøse området blåste det en forandringenes vind. Den tradisjonelle religionen i Nord-India var basert på offerritualer. Ofringene ble utført av brahmaner, som var spesialister på de gamle vediske ritualene. Grunntanken var å gi noe til maktene, slik at disse deretter skulle gi noe tilbake til menneskene (*106–108*). Brahmanene hadde derfor en viktig rolle og ville gjerne bli regnet som den høyeste samfunnsklassen, selv om krigerne eller adelsklassen, khattiya, ikke uten videre var enige i en slik rangering.

I tillegg fantes det mange "samanaer" – omvandrende asketer, filosofer eller "hellige menn" som praktiserte forskjellige former for askese og/eller meditasjon – og folk flest mente at ofringer eller gaver til disse også ville gi gode resultater – enten senere i livet eller etter døden (*356–359*).

Både brahmaner og blant disse omvandrende asketene og filosofene nøt respekt og anseelse. Interessen for filosofiske og religiøse emner var stor, og visdomslærere av alle slag samlet et tallrikt publikum, særlig når noen av dem møttes til debatt. Det gir et visst inntrykk av bredden i det intellektuelle miljøet når vi et sted kan lese om hele 62 forskjellige religiøse og filosofiske teorier som var i omløp i tiden.

Versene i Dhammapada er ikke primært skrevet som folkelivsskildring, men de gir oss likevel fra tid til annen små glimt av land og folkeliv. Vi får glimt av håndverkere, som for eksempel snekkere, pilmakere (*80*) og smeder (*239*). Lignelsen om den godt bevoktede grensefestningen (*315*) sier også litt om byggekunst og politisk organisering. Byggetekniske detaljer finner vi også omtalt (*153–154*).

Selv om byene var i sterk framvekst, bodde likevel de fleste menneskene fortsatt i små landsbyer, og bøndene høstet to avlinger ris i året: én i regntida og én i tørketida ved hjelp av kunstig vanning (*80*). Dagliglivet i landsbyene fulgte de tradisjonelle baner, som trolig ikke har endret seg så mye opp gjennom årene. Vi får små glimt av gjetere som driver kveget på beite og vokter det (*19, 135*). Mer dramatiske hendelser, som flomkatastrofer (*47*), kunne også inntreffe fra tid til annen.

Mellom bygdene var landet mer skogkledt (*99*) på Buddhas tid enn i dag. Men langs hovedveiene fra by til by var det stor ferdsel, tross farer som truet fra ville dyr og landeveisrøvere (*123*). Kjøpmenn fraktet varer til og fra fjerne land med store vogntog, ledet av profesjonelle karavaneførere. Handelsskip seilte mot fjerne kyster, og i havnebyene ble det nok fortalt mang en god skipperskrøne.

2. Buddhas liv

De eldste tekstene forteller ikke særlig mye om Buddhas barndom og ungdom. Det var tydeligvis hans ord og gjerning som voksen, som Buddha, som sto i sentrum for interessen. Men etter som århundrene går, vet nyere skrifter stadig flere underfulle detaljer å berette, inntil de fargerike beretningene når sitt høydepunkt i verker som f.eks. Ashvaghoshas buddhabiografi *Buddhacarita* (ca. 100 e.Kr.) og senere kommentarlitteratur på pali og sanskrit.

Nyere forskning har med vekslende hell forsøkt å sile bort det legendariske materiale for å finne fram til "den historiske Buddha", men det viser seg her som ofte ellers at det ikke er lett å trekke opp klare grenser mellom legende og historisk virkelighet.

Derfor skal heller ikke vi gjøre noe forsøk på dette her, men heller gi en kort skisse av Buddhas liv, basert på de tradisjonelle beretningene:

Det hendte en dag at sakyafyrsten Suddhodhana og hans dronning Maya fikk en sønn som fikk navnet Siddhattha, med ættenavnet Gotama. Dette skjedde i Lumbiniparken, ikke langt fra Kapilavatthu, sakyaenes hovedstad. Noen hundre år senere satte kong Asoka opp en minnesøyle på dette stedet, med en inskripsjon som forteller at "her ble Buddha født". Slik dagens grenser er trukket, står denne søylen nå i Nepal, ikke langt fra grensen til India.

Det fortelles at Suddhodhana var en velstående fyrste, og den lille fyrstesønnen vokste da opp i sin lille beskyttede verden, med all den komfort og luksus hans aristokratiske far kunne skaffe til veie. Lekekameratene var hans egne fyrstelige fettere, og den verden som eksisterte utenfor palasshagens murer, visste han lite eller ingenting om.

En dag dro imidlertid den unge Siddhattha ut i byen på egen hånd, og det han der oppdaget av livets krasse virkelighet, sjokkerte ham og rystet ham ut av den uskyldige uvitenhetstilstanden han hadde levd i til da. Grepet av dyp medfølelse og dorg over menneskehetens endeløse kamp mot sykdom, alderdom og død vendte han tilbake til palasset.

Lidelsens og livets problemer slapp ikke taket i ham, og etter en tid forlot han sin trygge, beskyttede verden, sin arv og sin høye stand (*91, 87*), for å søke etter en vei bort fra lidelsen, eller en vei til lykken for seg selv og for sine medmennesker. Først oppsøkte han sin tids mest berømte lærere i tradisjonell yoga og meditasjon. Men selv om han snart mestret deres teknikker til fullkommenhet, fant han at han var like langt fra en løsning som noen gang før. Han ga opp disse metodene som hensiktsløse, og ga seg i stedet i vei med streng askese. Dette var også en allment anerkjent vei til innsikt og frelse i det gamle India. han drev disse øvelsene til den ytterste grense – så han var nær ved å sulte seg til døde, men fant til slutt at det eneste han hadde igjen for askesen var et svakt og skrøpelig legeme (*70*). Heller ikke dette førte fram, og han oppga derfor også askesen som nytteløs. Til slutt, etter seks lange og harde år, satt han i stille meditasjon i skyggen av et stort og løvrikt tre. Der skuet han dypt inn i sitt eget sinn, og oppnådde en innsikt i og forståelse av sinnets og verdens egentlige natur som er blitt få mennesker til del (*179–80*). Denne opplevelsen kalles *bodhi*, som betyr oppvåkning, og Gotama ble heretter kjent som en *buddha*, dvs. en oppvåknet (*153–54*). "Oppvåknet" er derfor den mest korrekte oversettelsen av *buddha*, men i Vesten har ordet "opplyst" også lange tradisjoner, og selv om det strengt tatt er feil, kan det regnes som en poetisk variant.

Han var nå 35 år gammel, og ut fra sin dype medfølelse og sympati for menneskeheten besluttet han så langt som mulig å dele den rikdom han hadde vunnet, med andre mennesker. Resten av livet vandret han omkring i det nordlige India og underviste, omgitt av en stadig voksende skare av tilhørere, elever og beundrere av begge kjønn og fra alle samfunnsklasser. Tilhengerne fordelte seg på fire hovedgrupper. Munker (*bhikkhu*) og nonner (*bhikkhuni*) var mannlige og kvinnelige elever som levde nøkternt og spartansk, underkastet seg strikt disiplin og praktiserte Buddhas lære på heltid. I tillegg til disse fantes det et stort støtteapparat av mannlige og kvinnelige legtilhengere som ga munkene og nonnene mat og andre materielle nødvendighetsartikler, som gjerne lyttet til undervisningen og fulgte læren så godt som mulig, men ikke i den grad at det gikk ut over dagliglivets gjøremål.

Som tidligere nevnt var det helt i samsvar med landets kultur og tradisjoner at omvandrende filosofer, munker og asketer nøt respekt og anseelse. Så er det kanskje ikke underlig at også Buddha ble respektert av sin samtid. Men det er ikke nok å peke på kulturelle eller samfunnsmessige faktorer som forklaring på den jevnt voksende populariteten og framgangen han opplevde. Hans personlighet må også ha betydd mye. De gamle pali-skriftene viser oss en personlighet utenom det vanlige. her var en mann med en rolig og naturlig autoritet, som fikk menneskene til å stanse opp, lytte og tenke. her var en mann med en dyp kjærlighet til alt som lever, og med inngående menneskekunnskap, en som kjente kunsten å tale til alle med ord og bilder som hver enkelt kunne forstå. Like naturlig som han kunne tale til enklere mennesker, og med enkle ord vise veien til et rikere liv, like utvungent førte han samtaler med konger og fyrster, og like utvungent debatterte han med rivaliserende filosofer som utfordret ham til ordstrid. Og vi møter en mann som også har mye til felles med den Sokrates vi kjenner fra Platons dialoger. Med lun ironi og skarpslepen logikk påpeker han svakhetene i motpartens problemstillinger og teser, samtidig som han viser hvordan problemene burde bli stilt og løst. Og overfor sine elever var han en god venn og mesterlig lærer.

Åtti år gammel gikk han stille bort, omgitt av sine trofaste disipler. Hans siste stund var som hans liv og lære hadde vært: rolig, harmonisk og uten store ytre fakter. hans storhet lå på det indre plan.

Flere fyrster delte hans aske og ga restene en fyrstelig begravelse hver i sitt rike.

3. Dhamma, Buddhas lære

Av hele det rikholdige og brokete filosofiske og religiøse miljø i det gamle India er Buddhas lære den som har fått videst utbredelse. Ikke bare har den overlevd gjennom nærmere to og et halvt tusen år, men har også påvirket livet for millioner av mennesker langt ut over Indias grenser. På den indiske halvøy er det forholdsvis få buddhister igjen i dag, selv om antallet har gått oppover igjen i nyere tid. men buddhismen har i en viss forstand fungert som en kulturell fellesnevner for store deler av Asia, og må vel fortsatt kunne sies å gjøre det, til tross for sekularisering og politisk undertrykkelse.

Buddha påviste at ethvert fenomen, enhver hendelse, må ses som et resultat av et kompleks av direkte og indirekte årsaker og betingelser. Dette prinsipp må vi også kunne anvende på hans egen lære, og stille spørsmålet: Hvilke årsaker og betingelser medvirket til buddhismens framgang og store utbredelse?

Buddhas personlige egenskaper og det samfunn han levde i, har selvsagt betydd mye. Men viktigst av alt er kanskje likevel selve det budskap som han gjorde kjent: Buddhas lære, eller buddhadhamma. Miljø og samfunn skifter med tid og sted, og Buddhas personlige innflytelse er forlengst gått over i historien, men dhamma – Buddhas lære – er fortsatt en levende realitet.

I sin første tale i Hjorteparken ved Benares formulerte Buddha sin lære kort og konsist i fire sentrale punkter som inkluderer og omfatter hele læren, de fire hovedpunktene som tradisjonelt kalles de fire edle sannheter (*190–91, 273*). I disse fire punktene går han fram som en dyktig lege. Først gir han en problembeskrivelse eller diagnose, deretter en studie av problemets årsaker, for så å gå videre med utsiktene til løsning av problemet og avslutte med et treningsprogram eller en metodikk som skal hjelpe til å realisere en slik løsning.

I den første av de fire edle sannheter stilles diagnosen: Mennesket lider av mangel på lykke. Dette er så elementært at det lyder banalt, men nettopp dette å skjære gjennom alle kompliserende overflatesymptomer og gripe fatt i selve problemets kjerne, er kanskje et kjennetegn på radikal nytenkning. Grunnproblemet for alt som lever, er det som på pali kalles *dukkha*. Dette ordet er det ikke lett å oversette med ett enkelt ord, ettersom det omfatter alt som oppfattes som uønsket, alt som oppleves som vondt eller negativt, fra den svakeste irritasjon til de heftigste smerter, både fysisk og mentalt. På norsk mangler vi ikke ord som beskriver spesielle sektorer av den negative opplevelsesskalaen, men noe godt ord som kan dekke *hele* skalaen, slik dukkha gjør, har jeg ikke vært i stand til å finne. I oversettelsen av versene har jeg brukt ord som "lidelse, smerte, det som gjør vondt" – ikke nødvendigvis fordi disse ordene er best, men fordi en tross alt får prøve å finne en tilnærmet brukbar løsning.

Det kan i denne sammenheng være aktuelt å korrigere en utbredt misforståelse. mange har trodd at buddhismen sier at "alt er lidelse". Jeg har ikke vært i stand til å finne dette utsagnet noe sted i skriftene, og tror nok det hele beror dels på en oversettelsesfeil, dels på en misforståelse av noen av de dypere aspektene av Buddhas lære. Når Buddha går inn på detaljbeskrivelser av den første av de edle sannhetene, nevner han en rekke fundamentale livsbegivenheter som kan gjøre vondt, som fødsel, sykdom, alderdom, død, atskillelse fra det man liker, samvær med det man ikke liker, osv. Men poenget med disse beskrivelsene er ikke å hevde at *alt* er lidelse. Det er snarere å peke på at lidelser er noe vi må regne med kan inntreffe i alle situasjoner i livet, at vi ikke kan forsikre oss mot vonde opplevelser, så derfor er det bedre å utarbeide en strategi for ikke bare å unngå dem, men også kunne takle dem når de inntreffer.

At det finnes problemer i verden, skulle ikke komme som en overraskelse på noen. Og problemene er mangfoldige, det samme er forsøkene på å løse dem, eller flykte fra dem. Vanskeligheten er bare at problemene er så mange, og de har en tendens til å dukke opp når man minst av alt ønsker det, og sperre veien for menneskets evige streben etter lykke, glede og trygghet. For lykke, glede og trygghet søker vi alle (*131–32*), famlende og på hver vår måte. Det var dette Buddha så, og han innså at menneskets egentlige problem er nettopp det at det har problemer. Dette er misnøyens dukkha, dette er det som jager oss stadig videre på vår søken etter tilfredsstillelse, dette kan sies å være selve den fundamentale drivkraften i vår tilværelse – og i en slik dypere forstand kan det på sett og vis være riktig å si at dukkha er så fundamental at et utsagn om at "alt er dukkha" (*278*) gir en riktig beskrivelse av verden. Men da går vi inn på et atskillig dypere beskrivelsesplan enn det enkle utsagnet om at "alt er lidelse", som har ført til så mange misforståelser.

Men livet inneholder jo også så mye positivt og godt – er da ikke Buddhas syn likevel altfor dystert? Sant nok, livet er ikke bare mørkt for alle – det finnes mye lykke og mange gledesstunder(*331–33, 197–200*) i livet også! Men det negative truer alltid med å knuse vår skrøpelige lykke (*341*), og det er ikke pessimisme, men nøktern realisme, å erkjenne hvor omfattende dukkha er.

Etter å ha stilt diagnosen går Buddha videre og prøver i den andre edle sannhet å finne årsakene til dukkha. Hvorfor kan vi ikke alltid være lykkelige, glade og tilfredse? Hva er det som går galt?

For å finne og påvise dukkhas årsak eller årsaker foretok Buddha og hans elever en grundig kartlegging av menneskets indre og ytre verden, sinn og materie – en analyse så dyp og omfattende (som f.eks. nedtegnet i abhidhamma-litteraturen) at det bare er de færreste forunt å mestre den i alle detaljer. men vi skal forsøke å trekke fram noen hovedpunkter og følge noen av de viktigste tankerekkene som ligger bak.

Vi ser alle hvordan ting omkring oss forandres (*277*), slites ned (*151*) og forfaller; hvordan ting oppstår og går til grunne (*374*). Alle ting er underlagt fødsel og død, og ingenting varer evig. Det eneste som ikke forandres, er selve foranderlighetens prinsipp, *anicca*. Alt i naturen går i store og små kretsløp: Levende vesener blir født og dør igjen (*419*), fjellkjeder bygges opp og slipes ned bare for å danne materiale for nye fjellkjeder igjen. Ja, selv i den minste klump materie danser elementærpartiklene sin heftige dans i relativt sett enorme tommrom, liksom stjerner og planeter i kosmos. Intet er fast, alt er snarere å anse som prosesser enn som gjenstander. De *er* ikke, de *hender*, eller befinner seg i kontinuerlig tilblivelse, og intet sted kan man finne noen uforgjengelig indre kjerne,

egennatur eller sjel. Selv ikke i mennesket. Menneskesinnet er “bare” en samling forskjellige prosesser i et fint og uhyre komplekst vekselspill, og er i stadig forandring fra det ene øyeblikk til det neste. Noen evig sjel eller “jeg-substans” (*279*) finnes ikke, og dette prinsippet kalles *anatta* (“ikke-jeg”). Men vi vanlige mennesker lever i total uvitenhet om vår egen natur og om disse elementære kjensgjerningene. Vi ser ikke at vi selv, dvs. sinnet, og tingene omkring oss egentlig er to sider av én og samme sak, og at subjekt uten objekt, eller objekt uten subjekt, er utenkelig. I vår uvitenhet og forblindelse ser vi omverdenen som atskilt fra oss selv, og vi forsøker å trekke til oss det vi liker og skyve fra oss det vi ikke liker. Slik dannes det som kalles de tre usunne røttene: uvitenhet, hat og begjær, som alle våre tåpeligheter springer ut fra (*251*). Så prøver vi å få mest mulig av det vi ønsker oss, og samtidig minst mulig av det vi ikke ønsker oss. At dette neppe kan gå særlig bra i lengden i den verden vi nå engang lever i, har vvel de fleste fått anledning til selv å føle på kroppen (*47, 186, 210*). Vi mislykkes, og konflikten mellom våre ønsker og våre muligheter fører til skuffelse og nederlag. Så er vi da kommet tilbake til begrepet dukkha, og begynner kanskje å skimte litt av den bakenforliggende årsaksrekken.

For alle ting har sine årsaker, og alle årsaker får sine resultater. Naturens forandringer foregår ikke tilfeldig, og er heller ikke styrt av en høyere vilje eller makt. Alle ting og hendelser har sine naturlige betingelser og årsaker, og utgjør i seg selv betingelser og årsaker for framtidige ting og hendelser. Dette er loven om årsak og virkning, som på pali kalles *kamma* (sanskrit *karma*). Ordet kamma betyr egentlig gjerning eller handling, og betegner strengt tatt bare selve handlingen, eller årsaken. I buddhistisk tenkning begrenses ordet til å gjelde intensjonelle handlinger, handlinger vi utfører fordi vi vil utføre dem. Resultatet kalles *vipaka*, frukt eller virkning. Derfor burde man egentlig heller snakke om kamma-vipaka-loven, og ikke bare kamma-loven. Men for enkelhets skyld brukes ofte ordet kamma om hele årsaks- og virkningsprosessen.

Kamma-prinsippet betyr at hver høster som han sår (*117–22*). Det jeg er i dette øyeblikk, er resultatet av min fortid, av min biologiske arv, mitt miljø og mine opplevelser, og av mine egne valg og mine egne handlinger. Alt dette har formet meg, og det jeg tenker og gjør i dette øyeblikk, vil ha avgjørende betydning for min framtid. Dette har intet med skjebnetro å gjøre, for valget er mitt, men også ansvaret. Resultatene vil uvegerlig komme, på godt og vondt, og ingen kan løpe fra sin kamma (*66–71, 127*). Heller ikke kan jeg forvente at noen andre skal kunne fri meg fra følgene av mine egne dumheter (*276, 165, 160, 379–80*). Når tilværelsen slik ses som en kontinuerlig rekke av vekslende årsaker og virkninger, blir det åpenbart at det har liten mening å spørre etter en første årsak, og spørsmålet om skapelse

og skapergud blir irrelevant. Når alt i naturen kan observeres som gående i kretsløp, kan det også tenkes at heller ikke mennesket er noe engangsfenomen. Gjenfødelsestanken kan derfor betraktes som en naturlig følge av det vi ellers kjenner av naturens virkemåte – men nøyaktig hvordan denne gjenfødelsen i så fall skjer, og hva som eventuelt blir gjenfødt, er et meget komplisert kapittel.

Men to ting bør presiseres i denne forbindelse. Det er for det første ikke korrekt å snakke om reinkarnasjon eller sjelevandring i samband med buddhismen. For anatta-prinsippet viser tydelig at buddhismen ikke forestiller seg noen sjel som kan "vandre". Det som antas å gå videre etter døden, kan snarere betraktes som en energiprosess som føres videre, enn som en "substansiell" sjel av noe slag. og i likhet med alt annet som skjer, er også denne prosessen betinget av den kamma som til enhver tid skapes.

Det andre punktet er at det ikke finnes trosdogmer i vanlig forstand i buddhismen. Man trenger ikke "tro" på det ene eller det annet for å bli regnet som "god buddhist". I buddhismen regnes det egentlig som uklokt å tro eller avvise noe uten å ha undersøkt saken selv. Gjenfødelsestanken kan derfor, på linje med resten av buddhismen, heller ses som en anbefalt arbeidshypotese som videre kritiske studier enten kan bekrefte eller avsvekke – og inntil dette skjer, er det fornuftig å la spørsmålet stå åpent. De fleste buddhister vil nok regne med at gjenfødelse er et faktum, men det finnes også buddhister som avviser tanken eller velger å la spørsmålet stå åpent. Og i Kalamasutta ser det faktisk ut til at også Buddha lot spørsmålet stå åpent.

Alt dette er bare en rask skisse av den analyse Buddha foretok av hele den menneskelige eksistens da han søkte etter årsakene til dukkha. Han uttrykker det kort i den andre edle sannhet, hvor han peker på at vår streben, vårt begjær og hat må ses som den viktigste årsak. Det vil igjen si at hovedårsakene til at vi får det vondt, ligger i oss selv (*334ff.*).

Den tredje edle sannhet tilbyr en løsning på problemet dukkha – en løsning på problemet bak problemene. Og ut fra det vi nå vet, kan man nesten si at løsningen gir seg selv. Bare ved å gi opp vår egosentriske innstilling til omverdenen, bare ved å gi opp kravmentaliteten og rykke den opp med roten (*337–38*) kan varig lykke og tilfredshet vinnes. Men denne egosentriske holdningen er så dypt rotfestet i oss at det må en radikal forandring til i hele vårt sinn. Denne radikale forandringen, dette endelige målet, kalles *nibbana* (sanskrit *nirvana*), som direkte oversatt betyr utslukking. Dette er ikke noen form for himmel, ikke en total tilintetgjørelse, ingen diffus vegetativ tilstand i det store intet. Det som slukkes, er de tre usunne røttene uvitenhet, hat og begjær (*285*), og med dem alt som gjør

vondt. Det som slukkes, er altså dukkha. Når de tre usunne røttene blir slukket, gjenstår bare deres tre motsetninger: visdom, kjærlighet og giverglede. Sinnet blir fullkomment rent og opplever en foredlet og fullkommen lykketilstand (*204*) som ligger hinsides menneskets normale erfaringsområde. Derfor kan ikke nibbana beskrives eksakt med ord, men billedlige beskrivelser finnes det mange av.

Nibbana er altså ikke noen tilstand hinsides døden. Buddhismen hevder at dette er noe som kan oppleves i dette livet, her og nå. Noen hevder at det finnes en enda høyere tilstand, *parinibbana* (sanskrit *parinirvana*) som man kan gå inn i etter døden, noe som kan begynne å ligne andre religioners forestillinger om en himmel. Men de gamle tekstene bruker ordene nibbana og parinibbana om hverandre, og det sies om begge at de kan oppleves i dette livet. De to betegnelsene ser derfor ut til bare å være varianter av hverandre, og forestillinger om parinibbana som en slags himmel er ikke holdbare.

Den fjerde edle sannhet peker ut veien til nibbana, veien til frigjøringen. Dette er den edle åttedelte vei, en nøktern metodikk som løfter dhamma fra det teoretisk/filosofiske plan opp på det praktiske og gjør den til en realistisk og gjennomførbar mulighet.

Den åttedelte veien består, som navnet sier, av åtte ledd, men disse er ikke å anse som grader eller trinn som skal forseres ett om gangen. De er snarere å betrakte som åtte kordeler i et tau – alle bidrar til å løfte oppad på samme tid. Disse åtte leddene blir gjerne framstilt i en fast rekkefølge, men denne er ikke avgjørende. Man kunne for så vidt starte hvor som helst, men vi skal har følge den tradisjonelle rekkefølgen.

Først kommer rett, eller fullkomment, syn. Det vil si rett forståelse (*403*) av problemets natur, av mennesket og verden. Her er også de fire edle sannheter innbefattet, eller med andre ord hele buddhismens intellektuelle aspekt. Man skal da heller ikke forvente å nå fram til fullkomment syn med det samme, men rimeligvis nøye seg med en mer beskjeden del av visdommen i første omgang. Men poenget er at man gjør en begynnelse, innser at problemet eksisterer, og at det finnes en vei, en metode, til å løse det.

Rett beslutning kommer som nummer to. Man kommer ikke langt med aldri så gode teoretiske kunnskaper hvis man ikke setter dem ut i praksis. Mange vandrer som intellektuelle turister gjennom dhamma, ser og forstår mye, men setter det ikke ut i livet – og oppnår da heller ingen resultater (*19*). Rett beslutning vil altså si at man bestemmer seg for å gjennomføre det man mener er riktig (*20, 168, 172, 326*).

Disse to første trinnene på veien utgjør til sammen det vi kan kalle visdomsaspektet. De neste tre handler om etikk, eller praktisk atferd overfor andre mennesker.

Når forståelse og beslutning er i orden, er det på tide å begynne å rydde opp i sine uvaner. Hovedprinsippet er nestekjærlighet (*368, 300, 376*), eller *metta*: en følelse av vennlighet, respekt, hensyn og uegennyttig sympati overfor alle andre levende vesener. Men hvordan realisere dette i praksis?

Tredje ledd på veien kalles rett tale, som i korthet går ut på å tale sant (*176*), holde sitt ord, ikke fare med sladder, unngå sårende tale (*133*) og ikke fare med løst prat.

Fjerde ledd er rett handling (*231*). Metta, eller vennlighet, er igjen nøkkelordet (*3–5*) som gir de andre detaljene. Tenke på andre som på seg selv (*129–30*) og ikke gjøre noe som kan være til skade (*270*). Derav følger at en buddhist ikke bør stjele (*409*) eller drepe, ikke henfalle til urette sansenytelser eller la seg beruse av noe rusmiddel (*246–47*).

Det femte leddet kalles rett levemåte, dvs. ikke skaffe seg levebrød på en måte som skader andre. Rett handling og rett tale fokuserer på individualetikk, mens rett levemåte berører sosialetiske spørsmål. Ledemotivet er fortsatt metta: skaff det ikke til livets opphold på en måte som er til skade for andre levende vesener. Som eksempler på uheldige yrker er nevnt slavehandel, produksjon og omsetning av rusmidler og våpen, osv. I vår egen tid kunne man godt trekke inn hele miljøproblematikken under dette punktet.

Tre ledd står igjen, tre ledd som alle hører inn under det som kalles utvikling av sinnet. Vårt sinn er alfa og omega (*42–43*). Tanken går forut for alle ting (*1–2*). Skal vi derfor virkelig makte å slutte med å gjøre ting som skader oss selv og andre, må vi trene, utvikle (*301*) og kontrollere sinnet (*13–14, 35*). Sjette ledd, rett bestrebelse, går ut på å avvise og fordrive negative tankeimpulser, og utvikle og framelske positive tankeimpulser (*233, 103*).

For å kunne greie dette er det nødvendig å være fullt oppmerksom på hva man foretar seg, slik at gamle uvaner ikke får fortsette i smug takket være ureflektert rutineatferd. Det sjuende leddet er derfor rett oppmerksomhet, eller rett årvåkenhet (*21*), som i korthet vil si å leve sitt liv bevisst, slik at man vet hva man gjør. Men rett oppmerksomhet er mye mer enn dette. Det er nøkkelen til hele den praktiske siden av buddhismen. Rett oppmerksomhet vil si å observere seg selv, nøkternt og rolig, se hvordan legemet fungerer, hvordan sanser, følelser, tanker og bevissthet fungerer. På den måten kan man trenge gjennom til innsikt om sin egentlige natur og splitte den fundamentale uvitenhet som ingen logikk, ingen bokstudier, kan gjennomtrenge. Dette regnes som den enkleste og raskeste vei til nibbana, samtidig som rett oppmerksomhet understøtter og letter alle de andre trinnene på den åttedelte veien. Den såkalte oppmerksomhetsmeditasjon (*satipatthana*) eller innsiktstreningen (*vipassana*), som er blitt en av de mest kjente metodene som theravadabuddhistiske meditasjonslærere underviser

i nå for tiden, består ganske enkelt av systematiske øvelser i å være fullt ut oppmerksom fra øyeblikk til øyeblikk.

I løpet av de siste tiårene har også vestlige psykologer blitt mer og mer oppmerksomme på denne metodikken, og mange har tatt oppmeksomhetstrening i bruk som en ren terapimetode, løsrevet fra sine opprinnelig buddhistiske røtter. Under den engelske betegnelsen *mindfullness* har den fått stadig større utbredelse i både psykologisk terapi og i stressmestringskurs rettet mot næringslivet.

Det åttende og siste leddet kalles rett konsentrasjon. Her foreligger et variert tilbud på en rekke meditasjonsteknikker som alle kan bidra til å gjøre tanken smidig og føyelig, konsentrert og avslappet, slik at det blir lettere å gjennomføre rett oppmerksomhet og resten av den åttedelte veien (*372*). Under rett konsentrasjon regnes også en del spesialiserte dypmeditasjonsmetoder.

Det er disse to siste trinnene som til sammen utgjør det som kalles meditasjon. Noen mediterende legger vekt på oppmerksomhetstrening eller innsiktsmeditasjon, andre legger vekt på konsentrasjon og dypmeditasjonstrening, og innenfor disse to retningene finnes det forskjellige læremestere med hver sin måte å undervise på. Men i praksis vil all meditasjon omfatte elementer av både oppmerksomhetstrening og konsentrasjon, så derfor er det egentlig ikke et spørsmål om et enten/eller, men heller om et både/og, der de forskjellige metodene har en tendens til å forenes på samme vei til oppvåkning.

Dermed kan vi oppsummere denne gjennomgangen av Buddhas lære:

De fire edle sannheter:

1. Sannheten om lidelsen (dukkha).
2. Sannheten om lidelsens årsak.
3. Sannheten om lidelsens opphør (nibbana).
4. Sannheten om veien som fører til lidelsens opphør, dvs. den åttedelte vei:
    1. Rett syn.
    2. Rett beslutning.
    3. Rett tale.
    4. Rett handling.
    5. Rett levemåte
    6. Rett bestrebelse.

7. Rett oppmerksomhet.
8. Rett konsentrasjon.

4. Dhammapada. Tekst og tradisjon

Dhammapada

Hva betyr tittelen *Dhammapada*? Mange av de som har oversatt denne samlingen til europeiske språk, har lansert forslag til oversettelse av tittelen. Men i stedet for å gjøre det samme, skal vi heller invitere leseren med inn på oversetterens verksted og se hvilke byggeklosser som ligger strødd bortover på arbeidsbenken – hvilke muligheter som foreligger.

Ordet *dhammapada* er sammensatt av *dhamma* og *pada*, og begge disse ordene har flere betydninger.

Dhamma (sanskrit *dharma*) kommer av roten *dhar*, som betyr å holde, bære, huske, ta vare på. *Dhamma* kan derfor forstås ut fra grunnbetydningen "noe som kan eller skal holdes eller huskes", dvs. en forestilling, tanke, idé. Ut fra dette igjen er det blitt mange overførte betydninger (artikkelen til *dhamma* fyller flere sider i ordboken!), som: lov, naturlov, sannhet, rettferdighet, filosofiske og/eller religiøse læresystem i sin alminnelighet, og i buddhistisk språkbruk da spesielt Buddhas lære. I andre sammenhenger kan ordet også bety fenomen, noe som skjer, et minsteelement i sinnet og tilværelsen, eller det kan ha en ganske vid og diffus betydning som nærmest kan oversettes med "ting".

Pada kommer av samme rot som norsk *fot* (sml. gresk *pod-*, engelsk *path*), som også er grunnbetydningen av ordet. Overført får vi betydninger som vei, sti, sted – men også versefot, vers og ord.

Nå kan jo leseren selv leke seg med å kombinere noen av disse elementene og prøve ut de forskjellige mulighetene. Ord om læren? Sannhetsveien? Lærens vei? Vers om læren? Vær så god .... kombinasjonsmulighetene er mange.

Gammel indisk litteratur viser ofte en viss forkjærlighet for ordspill, så det ville ikke være særlig overraskende om denne flertydigheten var tilsiktet av Dhammapadas anonyme redaktør. Men ettersom originaltittelen ikke gjør noen synderlig vold mot en norsk tunge, har jeg valgt å la den stå som den er.

Pali

Dhammapada er skrevet på språket pali, et gammelt indisk språk som er nært beslektet med sanskrit. Begge disse språkene tilhører den indoeuropeiske språkfamilien, slik norsk også gjør. Og selv om slektskapet med norsk ikke er av de nærmeste, trenger vi ikke spesielle kunnskaper om språkvitenskap for å se likheten mellom ord som f.eks. *supa* = suppe, *dvara* = (ei) dør, *bharanta* = bærende og *sambandha* = samband. Disse likhetene er ikke tilfeldige, men kommer av at både pali og norsk stammer fra et eldre språk som vi kaller urindoeuropeisk, som kom til å gi opphav til de fleste språkene i Europa, Iran, Afghanistan og det nordlige India.

Tradisjonen forteller at pali var Buddhas talespråk. De fleste forskere mener imidlertid at Buddha sannsynligvis heller talte en eller annen av de forskjellige dialektene som var i omløp i det nordlige India på den tiden da han levde. Buddha snakket sannsynligvis ikke pali nøyaktig slik dette språket forekommer i tekstene, siden denne språkformen er noen hundre år yngre enn Buddha. Han må imidlertid ha snakket en dialekt som ikke kan ha avveket så veldig fra dette språket. Derfor er trolig palitekstene det nærmeste vi kommer Buddhas egne ord. Det normerte skriftspråket pali, slik vi har det overlevert fram til i dag, representerer et noe senere stadium i språkutviklingen. Det var kanskje mindre forskjell mellom Buddhas dialekt og pali, enn mellom mange norske dialekter og normert bokmål. Spørsmålet om nøyaktig hvilken dialekt Buddha talte, og hvilken kant av landet pali stammer fra, har vært ivrig debattert i forskermiljøer, uten at vi skal gå nærmere inn på detaljer om dette.

Sikkert er det imidlertid at Buddha ikke talte sanskrit. Denne språkvarianten er basert på eldre dialekter fra tiden før Buddha, og på Buddhas tid ble sanskrit bare brukt til brahmanenes religiøse tekster. Senere, fire til fem hundre år etter Buddha, fikk imidlertid sanskrit høyere status og utkonkurrerte pali og andre dialektvarianter som skriftspråk i India. Pali ble bare bevart på Sri Lanka, dit buddhismen var kommet med sine palitekster ca. 250 f.Kr. Vi har altså den litt paradoksale situasjonen at selv om sanskrit språkhistorisk sett er noe eldre enn pali, er praktisk talt all buddhistisk litteratur på sanskrit av yngre dato enn palilitteraturen.

I forordet til sin oversettelse av *Visuddhimagga* sier bhikkhu Ñanamoli:

"Ordet *pali* kan oversettes med 'tekst'. Språket pali (tekstspråket, som kommentatorene kaller magadhi) innehar en spesiell stilling som ikke har noen paralleller i Europa, ved at det er forbeholdt kun ett fagområde, nemlig Buddhas lære. Det finnes derfor ingen fremmede ekkoer i det. ... Dette faktum, sammen med selve innholdets rikdom og integritet, gir det en enestående klarhet og dybde i sin tidlige form, som i en strykekvartett

eller i det klare havet, som i suttastilen oppnår en utsøkt og makeløs skjønnhet ingen oversettelse makter å gjengi." (Buddhaghosa: *The Path of Purification*, Colombo 1964, s. xxxiii.)

Tipitaka

Dhammapada er bare en beskjeden del av en stor og omfattende skriftsamling som kalles Tipitaka – "De tre korgene". I omfang tilsvarer samlingen 10–12 bibler.

Den første av "De tre korgene" er Disiplinkorga (*Vinayapitaka*), som hovedsakelig inneholder regler og forordninger for munkenes og nonnenes daglige liv. Andre korg, Samtalekorga (*Suttapitaka*), inneholder Buddhas taler og samtaler. Det er her Dhammapada hører hjemme. Den tredje og siste korga er Korga med den essensielle læren (*Abhidhammapitaka*), som inneholder detaljerte systematiseringer og definisjoner av den tidlige buddhistiske filosofi og psykologi.

Det fortelles at Buddhas elever memorerte og resiterte hans uttalelser mens han lvede, og at de straks etter hans død kom sammen og resiterte for hverandre alt de husket av Mesterens ord – og slik ble Vinayapitaka og Suttapitaka til (Abhidhamma er en noe senere systematisering av læren).

Mer skeptiske forskere ser gode grunner til å anta at det må ha vært en periode hvor Tipitaka ennå ikke var blitt lukket, hvor den befant seg i en nokså "flytende" tilstand og var åpen for omredigeringer, forkortelser eller utvidelser, innskudd eller fratrekk – før den omsider ble fastlagt i den form vi nå kjenner den. Mye tyder på at Tipitaka i alt vesentlig var blitt lukket på keiser Asokas tid, omkring 250 f.Kr. Deretter ble den overlevert muntlig i nesten to hundre år, før den ble nedtegnet.

På den tiden da Tipitaka ble nedtegnet, var buddhismen blitt delt opp i flere forskjellige skoler eller tradisjoner. Mye er gått tapt, men vi vet at flere av disse skolene nedtegnet den muntlige teksttradisjonen uavhengig av hverandre. Theravada-skolen brukte pali, og theravadas Tipitaka på pali er er den eneste versjonen som er bevart i sin helhet på et av originalspråkene. Tekstene til en annen av disse skolene er bevart i oversettelse til kinesisk, men er gått tapt på originalspråket. Sammenligninger mellom disse kinesiske tekstene og palitekstene viser små forskjeller, men samtidig store likheter i Vinayapitaka og Suttapitaka. De må altså være basert på den samme muntlige tradisjonen fra Buddha. Abhidhammapitaka, derimot, er mer variert, siden hver skole utarbeidet sin egen Abhidhammapitaka etter at splittelsene mellom dem var inntruffet.

Det finnes også større og mindre bruddstykker av Tipitaka, deriblant også Dhammapada, nedtegnet på andre tidlige indiske dialekter. Disse andre versjonene av Dhammapada er ikke bare skrevet på andre gamle dialekter, men kan også inneholde noen vers som ikke står i paliversjonen, eller vers i paliversjonen kan mangle i de andre utgavene. Disse forskjellige versjonene av Dhammapada har derfor stor interesse for komparative studier.

Kan vi da vite om disse versene i Dhammapada virkelig er Buddhas ordrette uttalelser? Nei, egentlig kan vi ikke det. For det første er de sannsynligvis transkribert fra Buddhas dialekt, noe som kanskje kan tilsvare å gjengi Alf Prøysen på bokmål. For det andre har mange av versene i Dhammapada så mye til felles med annen indisk visdomslitteratur at det kan være grunn til å anta at de i en eller annen form kanskje var i omløp allerede før Buddhas tid. Det som imidlertid er viktig her, er at de tidlige redaktørene som først samlet disse versene og skapte samlingen Dhammapada, må ha vært enige om at disse små versene samsvarte så godt med Buddhas lære for øvrig at de gjerne *kunne* ha vært uttalt av ham. Og mange av versene tar også opp temaer og bruker termer som er helt spesifikke for Buddhas lære. Derfor kan vi likevel regne med at selv om vi ikke kan vite at alle versene representerer Buddhas egne *ord*, så kan vi regne det som rimelig sikkert at de gir et troverdig bilde av Buddhas *lære*.

Dhammapada omtalt i andre kanoniske tekster

Det finnes en morsom henvisning til Dhammapada i en liten tekst fra Samyutta Nikaya. Det er vanskelig å si med sikkerhet om denne referansen viser til samlingen Dhammapada slik vi har den i dag, eller ikke. Hvis Dhammapada ble samlet etter Buddhas død, er det unektelig litt underlig hvis den omtales i Buddhas levetid. Det er tre mulige løsninger på dette problemet. Den ene er at ordet "dhammapada" ble brukt i generell betydning, og at det her ikke betyr noe mer enn "ord om læren", altså ikke nødvendigvis den samlingen av vers som vi i dag kaller Dhammapada. Den andre muligheten er at denne hendelsen inntraff flere år etter Buddhas død, etter at munkene hadde samlet og ordnet tekstene. Den tredje, og kanskje mest sannsynlige løsningen er at historien er diktet og skutt inn senere. Det at hovedpersonene er en trollfamilie (yakkha), bidrar ikke akkurat til å svekke denne mistanken. Men historien er søt, og det er vanskelig å motstå fristelsen til å avslutte verset med et "Ho ai ai ai ai boff!"

En gang da munken Anuruddha var i Anathapindakas park Jetavana ved Savatthi, sto han tidlig opp en morgen og satte seg til å lese høyt fra Dhammapada.

Ei trollmor som var i nærheten, fikk høre dette. Hun hysjet på ungen sin, og hvisket:

Hysj, gullungen min, vær stille som ei mus!
Munken leser fra Dhammapada!
Tenk om vi kunne lære de versene
og gjøre slik de sier.
Det hadde sannelig vært bra for oss!

Hvis vi bare kunne la andre være i fred
og ikke si noe som vi vet ikke er sant,
og øve oss i å gjøre det som er godt,
så kanskje vi kunne fri oss fra trollhammen!

Kommentaren

Parallelt med den kanoniske samlingen av palitekster, Tipitaka, vokste det fram en omfangsrik litteratur av kommentarer og forklaringer på forskjellige lokale språk og dialekter. Denne kommentarlitteraturen vet vi lite konkret om, inntil den lærde og produktive munken Buddhaghosa samlet mange av dem, redigerte dem og oversatte dem til pali på Sri Lanka på 400-tallet e.Kr. Deler av kommentarene kan godt gå tilbake til Buddhas nærmeste elever, mens annet stoff påviselig er kommet til senere. Dhammapadakommentaren (*Dhammapadatthakatha*) er også "signert" Buddhaghosa, selv om stilmessige kriterier har ført til at dette er blitt trukket i tvil.

Kommentaren til hvert vers er todelt. Den første delen inneholder en historie som skal beskrive den situasjonen som forårsaket at Buddha uttalte nettopp det verset. Mange av disse historiene virker rimelig troverdige og kan godt være autentiske. Andre har imidlertid et klart legendepreg. Flere klassiske eventyrmotiver opptrer, og det mange historier kanskje mangler i historisk pålitelighet, tar de til gjengjeld igjen i form av fargerik fortellerglede. Enkelte av disse kommentarhistoriene vil bli nevnt i notene til versene.

Den andre delen av kommentaren til hvert enkelt vers gir analyser, presiseringer og forklaringer av ord, begreper og grammatikk i verset. Disse språklig/saklige kommentarene er til stor nytte for en oversetter.

Om oversettelsen

Det å oversette byr alltid på vanskelige valg. Et ord i utgangsspråket vil ofte kunne oversettes med flere mulige synonymer eller nesten-synonymer på mottakerspråket. Tekster som ikke bare skriver seg fra et gammelt språk, men som også beveger seg innenfor et tankeunivers som har både likheter og viktige forskjeller sett i forhold til vår vestlige kultur, byr på på en rekke tilleggsutfordringer. De ordene man velger på norsk, bør være forståelige og gjenkjennelige, men samtidig er det viktig å være varsom med å bruke ord som har klare konnotasjoner til en tankeverden som ville ha vært fremmed for tekstenes forfatter eller forfattere. Det kan for eksempel dreie seg om ord som er tungt belagt med kristne eller vestlig-filosofiske konnotasjoner. Helt konsekvent i så måte er det imidlertid vanskelig å være, så resultatet blir ofte en noe skjønnsmessig middelvei mellom snublesteiner og fallgroper.

Dhammapada er dessuten et poetisk verk. De poetiske formene i det gamle India brukte ikke rim. Verselinjene danner rytmemønstere basert på vekslingen mellom lange og korte stavelser. Vi kan finne flere forskjellige versemål i Dhammapada. Det vanligste har åtte stavelser i hver linje og er meget fleksibel. Første halvdel av verselinjen, altså de fire første stavelsene, kan være lange eller korte etter valg, mens de fire siste stavelsene skal falle inn i et gitt mønster. Men andre versemål forekommer også.

Når poesi skal overføres fra ett språk til et annet, står man alltid overfor det samme dilemma: Skal man oversette ordrett og "pedantisk", eller skal man foreta en friere gjendiktning? Til tross for faren for å falle mellom to stoler, har jeg også her forsøkt å følge middelveien. Kravet til en så ordrett og pålitelig gjengivelse av originalteksten som mulig, har for meg stått som det viktigste, og dette prinsippet er bare modifisert for å unngå altfor ulenkelige uttrykksmåter. Men så langt det har vært meg mulig, uten å tøye grunnbetydningen, har jeg også forsøkt å la de norske ordene forme vers og flette seg i rytmemønstere, for i det minste å berge et visst anstrøk av poesi over fra originalen. Den poetiske formen gir disse utsagnene en dimensjon man ikke kan kaste vrak på uten at man står fattigere tilbake.

Den første oversettelsen av Dhammapada til et vestlig språk ble utgitt i København i1855, da den danske professor Viggo Fausbøll oversatte den til latin – den tidens lærde språk. Senere er det kommet oversettelser på de fleste vestlige språk. Bare på engelsk finnes det mer enn femti forskjellige versjoner, og nye oversettelser utgis fortsatt. Dhammapada er uten tvil den hyppigst oversatte og mest utbredte del av Tipitaka.

Deler av Dhammapada er tidligere publisert på norsk som ledd i antologier o.l. Første gang denne oversettelsen ble utgitt, var i 1976, og senere er det kommet to nye opplag (1996 og 2002). Ved hver av disse korsveiene har jeg hatt mulighet til å revidere teksten. Det har vært til dels fristende, for etter at det har gått noen år, ser man at det eller det verset like gjerne kunne ha vært utformet noe annerledes. Ved nærmere ettertanke er jeg likevel kommet til at en endring ikke nødvendigvis betyr en forbedring – kanskje vil det bare bety at sterke og svake sider ved oversettelsen bare blir flyttet og forskjøvet litt i forhold til hverandre, og i tillegg kanskje bare bidra til å skape forvirring. I stedet for å flikke litt her og litt der, har jeg derfor valgt å la versene stå uforandret som de var i førsteutgaven.

Til grunn for denne oversettelsen har jeg lagt palitekstutgaver ved Buddharakkhita Thera (Bangalore, 1966), Siri Sivali (Colombo, 1973) og prof. N.K. Bhagwat (Bombay, 1935), og Vajirañanas utgave av Dhammapada med Dhammapadatthakatha (8 bd., Bangkok 1960–72), samt konsultert utgaven fra The Pali Text Society. Det har også vært instruktivt å se hvordan en rekke tidligere oversettere til europeiske språk har behandlet en del uklare og flertydige steder i teksten.

I notene bak i boken finnes mer informasjon om de versene som er merket med stjerne: *.

1. Dobbelvers

1.

Tanken går forut for alle ting,
tanken styrer dem, tanken skaper dem.
Som hjulet følger oksens fot
vil smerten alltid følge den
som taler og handler med onde tanker.

2.

Tanken går forut for alle ting,
tanken styrer dem, tanken skaper dem.
Så trofast som hans egen skygge
vil lykken alltid følge den
som taler og handler med gode tanker.

3.

«Han hånte meg og slo meg,
beseiret meg og plyndret meg.»
Hos de som går og tenker slik
tar hatet aldri slutt.

4.

«Han hånte meg og slo meg,
beseiret meg og plyndret meg.»
Hos de som ikke tenker slik
dør hatet stille bort.

5.

For aldri kan vel dette skje:
at hat tar slutt av mere hat.
Av vennlighet tar hatet slutt,

det er en evig lov.

6.*
Men mange andre kan ikke innse
at vi gjør best i å beherske oss.
De som forstår det, derimot,
gjør slutt på kiv og strid.

7.*
Den som lever for nytelser,
som ikke har sansene under kontroll,
som fråtser i mat og er sløv og lat -
ham velter Mara like lett
som vinden et råttent tre.

8.
Men den som ikke er nytelsessyk,
som lever med sansene vel kontrollert,
som spiser med måte, har tillit og kraft -
mot ham makter Mara slett ikke mer
enn vindpust mot klippemassiv.

9.*
Den som vil bære den gule kappe
men ikke er fri for feil,
usannferdig og tøylesløs -
han er ikke kappen verdig.

10.
Men den som er uten feil,
som er vel befestet i god moral,
sannferdig og måteholden -
han er verdig den gule kappe.

11.

De som tar usant for sant
og sannhet som usannhet ser,
de finner ikke det sanne,
men setter seg dårlige mål.

12.

Men de som ser sannhet som sant
og usant som usannhet ser,
de finner fram til det sanne,
og setter seg fullkomne mål.

13.

Som regnet trenger inn i
et dårlig tekket hus,
slik gjennomtrenger lidenskapen
et uutviklet sinn.

14.

Som regnet ikke trenger inn i
et riktig tekket hus,
slik gjennomtrenger ikke lidenskapen
et velutviklet sinn.

15.

Han sørger her og han sørger siden -
den som gjør ondt sørger dobbelt.
Han sørger og gremmes når han ser
hvor skitne hans gjerninger er.

16.

Han gleder seg her og han gleder seg siden -
den som gjør godt han gleder seg dobbelt.
Han er glad og lykkelig når han ser

hvor rene hans gjerninger er.

17.
Han lider her og han lider siden,
den som gjør ondt lider dobbelt.
«Ondt har jeg gjort!» - slik lider han,
og enda verre blir lidelsen
når han kommer i ulykkelige kår.

18.
Han fryder seg her og han fryder seg siden,
den som gjør godt han fryder seg dobbelt.
«Godt har jeg gjort!» - slik fryder han seg,
og enda større blir fryden
når han kommer i lykkelige kår.

19.
Hvis noen flittig kan sitere skriften,
men selv er slapp og ikke gjør deretter, -
han er som gjeteren som teller andres kveg,
selv har han ingen del i fellesskapet.

20.
Selv om en annen lite kjenner skriften,
men lever i rettferdighet og etter læren,
har overvunnet dårskap, hat og lidenskap,
med fullendt visdom og med sinnet fritt,
og ikke binder seg til noe som helst -
han har i sannhet del i fellesskapet.

2. Årvåkenhet

21.*
Årvåkenhet er veien til det som ikke dør,

men slapphet er dødens vei.
Den som er årvåken dør ikke,
mens den slappe er alt som død.

22.
De vise som til bunns har lært
årvåkenheten å kjenne,
de gleder seg ved årvåkenhet
og frydes i de edles sfære.

23.
De vise som stadig mediterer,
som flittig og beslutsomt holder ut,
nibbana finner de, den uforlignelige
frihet fra alt som tynger.

24.
Den årvåknes ry vil øke
når han er våken og beslutsom,
hans adferd ren og omtenksom,
og han lever rettferdig og sindig.

25.
Med årvåkenhet og beslutsomhet,
selvkontroll og selvdisiplin
bør den vise lage ei øy
som flommen ikke kan skylle bort.

26.
Enfoldige og tankeløse folk
lar slappheten ta overhånd.
Den vise, derimot, han vokter
årvåkenheten som sin dyreste skatt.

27.
Henfall ikke til slapphet, og
befatning med sansenytelser.
For den som årvåkent mediterer
vinner den høyeste lykke.

28.
Når den vise har drevet bort
sin slapphet med årvåkenhet
og steget opp i visdommens tårn -
selv uten sorg betrakter han
den sørgende menneskehet.
Liksom en som står på en fjelltopp
og ser på folk nedi dalen,
slik betrakter den vise de enfoldige.

29.
Årvåken blant de slappe,
lys våken blant de sovende,
iler den vise fremad,
liksom en rasehest legger
bak seg et gammelt øk.

30.*
Gjennom årvåkenhet nådde Sakka
å bli gudenes øverste herre.
Man lovpriser årvåkenheten,
mens slappheten klandres av alle.

31.
Den bhikkhu som frykter slapphet
og frydes ved årvåkenhet, -
som ild går han fram og brenner bort
alle hindringer, store som små.

32.

Den bhikkhu som frykter slapphet,
men frydes ved årvåkenhet, -
han kan ikke falle tilbake,
for han står nibbana nær.

3. Sinnet

33.

Som en pil maker retter en pil,
slik retter den vise sitt flakkende sinn,
som er skiftende, nesten ustyrlig,
og vanskelig å holde i tømme.

34.

Som en fisk trukket opp fra sitt hjem
i vannet, og kastet på land,
på samme vis spreller vårt sinn
for å unnslippe Maras velde.

35.

Det er herlig å temme sinnet,
som er flyktig og vanskelig å fange,
og farer hvorhen det vil, -
et temmet sinn bringer lykke.

36.

Den vise bør vokte sitt sinn,
det subtile, så vanskelig å se,
som farer hvorhen det vil, -
et vel voktet sinn bringer lykke.

37.

Ensomt det vandrer så viden omkring,

skjult i det indre, ulegemlig, -
den som kan lære å temme sitt sinn
frir seg fra Maras lenker.

38.
Den som er rastløs til sinns
og ikke kjenner den sanne lære,
som er ubalansert i sitt indre, -
finner ei fullkommen visdom.

39.
Det fins ingen frykt for den våkne
som ikke har grumsete tanker,
som er ufordervet i sinnet
og hevet over godt og ondt.

40.
Vit at vårt legeme er som ei krukke;
gjør derfor sinnet sterkt som en festning,
kjemp imot Mara med visdommens våpen,
vern om din seier og hold den ved like.

41.
Akk! Snart skal dette mitt legeme
ligge henslengt på marken
uten bevissthet, kassert
som en råtten, ubrukelig stokk.

42.
Et uordnet sinn
gjør deg mere skade
enn fiender gjør mot hverandre -
enn uvenner gjør mot hverandre.

43.
Verken mor eller far
eller hele vår slekt
kan tjene oss slik
som et velordnet sinn.

4. Blomster

44.*
Hvem skal beseire denne verden
såvel som dødens og gudenes rike?
Hvem skal ta opp de veltalte sannhetsord
like så lett som en mann plukker blomster?

45.*
Eleven skal beseire denne verden
såvel som dødens og gudenes rike.
Han skal ta opp de veltalte sannhetsord
like så lett som en mann plukker blomster.

46.
Når du ser at din kropp er som skum
og har innsett dens hildringsnatur,
da bryter du Maras blomsterpiler
og går usett av dødens konge.

47.
Den mann som oppfylt av higen
plukker nytelsens blomster,
han overraskes av døden
som en sovende landsby av flom.

48.
Den mann som oppfylt av higen

plukker nytelsens blomster -
hans endelikt rammer ham brått
lenge før han har nok.

49.
Som når en bie kommer til en blomst
og samler nektar og flyr bort igjen med den,
men ikke skader blomstens duft og farge;
slik vandrer og den vise i sin landsby.

50.
Se ikke på andres feilsteg,
hva andre har gjort og forsømt;
men se heller på hva du selv
har gjort eller unnlatt å gjøre.

51.
Som en vakker og fargerik blomst
som imidlertid ikke har duft,
slik er den som har vakre, men fruktløse ord,
og som selv ikke handler deretter.

52.
Som en vakker og fargerik blomst
som lar utbre sin herlige duft,
slik er den som har vakre og fruktbare ord,
og selv handler i samsvar med dem.

53.
Liksom man kan lage mange
kranser aven haug med blomster,
slik bør og hver dødelig
gjøre mye godt i livet.

54.
Blomsterduft kan ikke gå mot vinden,
ei heller duft av sandeltre,
jasmin og røkelse av tagara.
Men gode menneskers vellukt går mot vinden,
den gode sprer sin duft i alle retninger.

55.
Sandeltre, tagara, lotus, jasmin -
alle har vellukt så fin;
men herligst er duften av godhet.

56.*
Sandeltre og tagara -
å nei, de dufter svakt;
men duften av den gode stiger
opp blant englene.

57.
Mara finner ikke veien
til de som eier sann moral,
som lever i årvåkenhet,
befridd gjennom fullkommen kunnskap.

58.
Langs landeveien, blant rusk og rask
i avfallshaugens støv, -
selv der kan duftende liljer gro
til fryd for tanke og sinn.

59.
Slik stråler også i visdomsglans
den fullkomment opplystes elev,
midt i den blinde folkehop

som selv er av støvets natur.

5. Den enfoldige

60.*
Lang er natta for den som er søvnløs,
lang er ei mil for den som er trett,
langt er kretsløpet for den enfoldige
som ikke kjenner den sanne lære.

61.*
Hvis ikke du finner på ferden din
en som deg selv, eller bedre,
så gå da i fasthet ensomt din vei,
i dårer er intet selskap.

62.
«Sønner har jeg, og rikdom med!»
slik skaffer dåren seg bry.
For ingen er det som eier seg selv -
hva så med sønner og rikdom?

63.*
Den dåre som innser sin dårskap,
er nettopp i dette en vismann.
Men dåren som tror han er vis -
han er i sannhet en dåre.

64.
Selv om den enfoldige omgås
med vismannen livet igjennom,
så fatter han ikke mer av læren
enn sleiva oppfatter suppesmaken.

65.

Men når den forstandige omgås
den vise, om blott for en stund,
så fatter han læren umiddelbart,
som tunga oppfatter suppesmaken.

66.

Enfoldige dårer ferdes
som fiender av seg selv.
Dårlige handlinger utfører de,
som modnes med bitre frukter.

67.

Den gjerningen er ille gjort
som etterpå du angrer,
når du må høste fruktene
med tårer på ditt ansikt.

68.

Men det er godt og riktig gjort
som ei du trenger angre,
når du kan høste fruktene
tilfreds og glad til sinns.

69.

Så lenge hans ugjerning ikke er modnet,
den honningsøt ter seg for dåren;
men når hans ugjernings frukter blir modne,
da kommer lidelsen over ham.

70.*

Dåren må gjerne i månedsvis
spise sin mat av en bladspiss, -
han er ikke likevel verd en brøkdel

av den som har innsett sannheten.

71.
Liksom nymelket melk ikke surner straks,
slik også med dårlige handlinger;
men glødende følger de dåren,
som ild under askedekke. .

72.
Den kunnskap en dåre skaffer seg
fører ham bare i ulykke, -
den knuser hans siste rest av fornuft
og dreper det beste i ham.

73.
På falske premisser vil dåren berømmes,
blant bhikkhuer ønsker han aktelse,
i hjemmet vil han ha ledelsen
og av andre folk ønsker han ære.

74.
«Både borger og munk skal mene
at dette er bare mitt verk.
Meg skal de følge som leder
i alle ting, store som små.»
Slik er en dåres ærgjerrighet,
hans stolthet og krav bare vokser.

75.
En vei fører til ytre vinning,
en annen vei til nibbana.
Når bhikkhuen, Buddhas elev,
har sett dette slik som det er,
da finner han ikke lenger glede

i verdslige æresbevisninger,
men utvikler selvstendighet.

6. Den vise

76.
En vis og forstandig lærer
som ser dine feil og som refser dem -
en slik bør du følge så ivrig
som viste han veien til skjulte skatter.
Den som følger en slik en,
ham går det bedre og ikke verre.

77.
La ham formane, la ham gi råd,
og verne mot alt som er upassende.
For han er avholdt blant de gode,
men upopulær blant de slette.

78.
Vær ikke sammen med dårlige venner,
ikke med nedrige mennesker;
vær heller sammen med gode venner,
ja, med de beste blant mennesker.

79.
Den som drikker dypt av dhamma
lever i lykke med fred i sinn.
I dhamma, forkynt av den Edle,
vil alltid den vise fryde seg.

80.
En vanningsekspert leder vannet,
en pil maker retter ut pila,

snekkerne bøyer til treverket,
de vise temmer seg selv.

81.
Liksom vinden ikke kan rokke
ved klippen, sterk og massiv,
så rokkes heller ikke den vise
verken av ros eller klander.

82.
Så dyp og klar som havet selv
blir og den vise når han hører
dhammas ord og mening

83.
En god mann viser måtehold
hvor enn han måtte ferdes,
han prøver ikke prate seg
til sansenytelser.
Om lykke eller ulykke
vel skulle bli hans lodd,
så blir den vise enda verken
nedtrykt eller oppløftet.

84.*
Den som verken for egen eller for andres del
ønsker sønner, rikdom og herskerstilling,
ei heller egen framgang med urettmessige midler -
han er rettferdig, vis, og har sann moral.

85.
Få er de blant mennesker
som når den andre stranda,

de aller fleste løper bare
opp og ned langs denne.

86.
Men de som lever i samsvar med dhamma
når den er blitt vel forklart for dem,
de skal komme seg over, selv om
dødens makt er vanskelig å unnfly.

87.
La vismannen forlate mørkets vei
og utvikle det lyse i seg selv,
når han ensom går bort fra hjemmet
til hjemløshet, ofte tung å bære.

88.*
La ham finne sin glede der
befridd fra sansenytelser,
uten å kalle noe sitt eget.
Der la den vise rense sitt sinn
fra alle forurensninger.

89.*
De som til fulle har oppøvd sitt sinn
i alle opplysningsfaktorene,
som i forsakelse finner sin glede
uten å gripe om noe som helst, -
disse, som stråler av indre lys
og har uttømt de negative tendenser -
de finner nibbana i denne verden.

7. Arahanten, den ærverdige

90.*

For den som har vandret veien til ende,
som fri fra sorg har brutt alle bånd,
i alle henseender fullt ut befridd,
for ham finnes ingen feber.

91.
Den oppmerksomme løsriver seg
og finner ei glede i hus og hjem;
hvert oppholdssted legger han bak seg,
som svanen forlater sin dam.

92.*
De som ikke samler i lade,
som inntar sin føde med omtanke,
som tar sikte på frigjøring
ved hjelp av tomhet og uvarighet,
deres vei er vanskelig å følge,
liksom fuglenes i himmelrommet.

93.
De som har uttømt de dårlige tendenser,
som ikke bare tenker på mat,
som tar sikte på frigjøring
ved hjelp av tomhet og uvarighet,
deres spor er vanskelig å følge,
liksom fuglenes i himmelrommet.

94.
Selv englene bøyer seg gjerne for han
som holder sansene vel i tømme,
som kusken holder en veltemmet hest;
når han har lagt bort sin stolthet
og ikke huser dårlige tendenser.

95.
Det finnes intet kretsløp mer for den
som, liksom jorden, intet avviser,
men gjør sin gjerning ydmyk som en dørterskel -
han er liksom en innsjø ren og klar.

96.
Tankene hans er harmoniske,
det samme hans ord og gjerninger,
når han gjennom fullkommen kunnskap
har funnet frihet og fred.

97.*
Den mann som ikke tror og ikke håper,
men gjennom egen innsikt ser det uskapte,
som bryter ut av kretsløpet og ikke lar seg forlede,
han er den største blant mennesker.

98.*
Der hvor en arahant holder til,
om den nå enn er høyt eller lavt,
i landsbyen eller i skogen -
der er det herlig å være.

99.
Herlige er skogene,
der hvor mengden ikke trives,
der skal de nøkterne trives
som ikke jager det sanselige.

8. Tusener

100.
Selv om noen har tusen ord

men alle er meningsløse -
ett eneste meningsfylt ord er bedre,
dersom det gir deg fred.

10 l.
Selv om noen har tusen vers
men alle er meningsløse -
ett eneste lite vers er bedre,
dersom det gir deg fred.

102.
Om en deklamerer hundre vers
men alle er meningsløse -
ett eneste ord av dhamma er bedre,
dersom det gir deg fred.

103.
Om noen i kamp skulle overvinne
tusen og tusen igjen -
er han dog den største seierherre
som overvinner seg sel v.

104.
For sannelig er det langt bedre
å overvinne seg selv enn andre
for den som har temmet seg selv
og alltid vandrer i måtehold.

105.*
For slik en person kan ingen,
nei, verken gud eller djevel,
ei heller engler av noe slag,
forandre hans seier til nederlag.

106.
Du kan gjerne drysse offergaver hen i tusentall
i måned etter måned gjennom nesten hundre år,
men om du for et øyeblikk kan hedre en av de
som har utviklet seg selv,
så er det til større heder
enn slik hundreårig offervirksomhet.

107.
Og kanskje er du en av de som vandrer ut i skogene
for der å tilbe offerilden gjennom hundre år,
men om du for et øyeblikk kan hedre en av de
som har utviklet seg selv,
så er det til større heder
enn slik hundreårig offervirksomhet.

108.
Hva enn du kan ofre i verden
igjennom et år, med tanke på lønn,
det er ikke verd en fjerdedel
av det som respekt for den rettskafne er verd.

109.
Den som alltid er ivrig etter
å hedre og ære de gamle,
han får framgang i disse fire:
levetid, skjønnhet, lykke og kraft.

110.
Du kan leve i hundre år
i ondskap og tankeløshet -
bedre å leve en eneste dag
i godhet og meditasjon.

111.

Du kan leve i hundre år
i dårskap og tankeløshet -
bedre å leve en eneste dag
i visdom og meditasjon.

112.

Du kan leve i hundre år
i slapphet og uten energi -
bedre å leve en eneste dag
med full energisk innsats.

113.

Du kan leve i hundre år
og ikke se oppkomst og undergang -
bedre å leve en eneste dag
og skue oppkomst og undergang.

114.

Du kan leve i hundre år
og ikke se den udødelige vei -
bedre å leve en eneste dag
og se den udødelige vei.

115.

Du kan leve i hundre år
og ikke se den høyeste sannhet -
bedre å leve en eneste dag
og se den høyeste sannhet.

9. Ondskap

116.

Vent ikke med å gjøre det gode,
og vern ditt sinn mot det onde;
for den som er treg til å gjøre det gode
trives med det som er ondt.

117.
Hvis du har gjort noe ondt
bør du ei gjøre det flere ganger,
og slett ikke finne din glede i det,
for oppsamlet ondskap gir lidelse.

118.
Hvis du har gjort noe godt,
prøv da å gjøre det flere ganger
og finne din glede nettopp i det,
for oppsamlet godhet gir lykke.

119.
Selv den onde kan ha det bra
så lenge det onde ikke er modnet,
men når det onde modnes,
da får den onde det vondt.

120.
Selv den gode kan ha det ille
så lenge det gode ikke er modnet,
men når det gode modnes,
da får den gode det godt.

121.
Man bør ikke undervurdere det onde
og tenke: «Det kommer nok ikke til meg.»
For selv ei vannkrukke fylles til slutt
av dråper som faller en etter en,

så selv om han samler det litt etter litt
så fylles en dåre av ondskap.

122.
Man bør ikke undervurdere det gode
og tenke: «Det kommer nok ikke til meg.»
For selv ei vannkrukke fylles til slutt
av dråper som faller en etter en,
så selv om han samler det litt etter litt
så fylles den gode av godhet.

123.
En kjøpmann som fører verdifull last
og bare har få i sitt følge,
han holder seg unna farlige veier;
og den som har livet kjært
han holder seg unna gift -
slik bør man holde seg vekk fra det onde.

124.
Den som ikke har sår i handa,
han kan håndtere gift.
Giften kan ikke skade
den som er uten sår.
Det fins intet ondt for den
som selv ikke gjør noe ondt.

125.
Den som krenker en skyldfri mann,
et rent og uplettet menneske, -
den dåren faller det onde tilbake på,
som fint støv kastet mot vinden.

126.*

Noen blir gjenfødt som mennesker,
illgjerningsmenn går til pinen,
de rettskafne går til lykkens land,
de fullkomne oppnår nibbana.

127.
Ikke i himmelrommet
og ikke i havets dyp,
og heller ikke i bergets dypeste kløfter,
nei, ikke i hele verden
finnes et eneste sted
hvor du kan unnslippe følgene av din ondskap.

128.
Ikke i himmelrommet
og ikke i havets dyp,
og heller ikke i bergets dypeste kløfter,
nei, ikke i hele verden
finnes et eneste sted
hvor døden ikke vil overmanne deg.

10. Vold

129.
Alle skjelver for voldsbruk,
alle er redd for å dø.
Sett deg derfor i andres sted
og la være å slå eller drepe.

130.
Alle skjelver for voldsbruk,
alle har livet kjært.
Sett deg derfor i andres sted
og la være å slå eller drepe.

131.

Alt som lever søker lykken på sitt vis.
Men den som søker lykken for sin egen del
og derved kommer til å skade andre -
han finner ingen lykke senere.

132.

Alt som lever søker lykken på sitt vis.
Men den som søker lykken for sin egen del
og passer på å ikke skade andre -
han finner også lykken senere.

133.

Tal ikke sårende ord,
dem får du kanskje tilbake;
for hissige ord gjør vondt,
og gjengjeld kan ramme deg lett.

134.

Hvis du forholder deg rolig
liksom en sprukken gongong,
da har du oppnådd nibbana,
fordi du er uten vrede.

135.

Som gjeteren med kjeppen sin
driver kveget ut på beite,
driver alderdom og død
alle individers livsløp.

136.

Dåren forstår det ikke selv
når han utfører dårlige handlinger,
men siden så får den uvettige

lide for det som han selv har gjort,
liksom en som fortæres av ild.

137.
Den som øver vold mot de fredsommelige,
eller krenker de som er uten skyld,
han vil snart bli rammet
av ett av disse ti:

138.
Enten et smertelig tap
eller en legemlig skade,
eller alvorlig sykdom
eller en skade på sinnet.

139.
Vansker med myndighetene
eller en alvorlig anklage,
tap av slekt eller eiendom,
dette kan også ramme ham.

140.
Eller så kan huset hans
bli ødelagt av ildebrann,
etter kroppens oppløsning
går dåren inn til pinen.

141.
Ikke ved å ferdes naken
eller å ha langt, uryddig hår,
heller ikke ved å faste
eller sove rett på stein og mark;
heller ikke støv og skitt
og det å sitte lenge ned på huk

kan foredle den som ikke
selv har overvunnet tvilen sin.

142.*
Den som, selv om han er velkledd
går omkring i fred og harmoni,
vel behersket, stø og måteholden,
og har sluttet fred med alt som lever,
han er høyreist, filosof og bhikkhu.

143.
Så sant her i verden det finnes
noen som bryr seg om andres mening,
så passer han seg for kritikk,
som en veltrenet hest for pisken.

144.
Liksom en god hest, truffet av pisken,
bør du bli ivrig og rask.
Energisk, med tillit og god moral,
med meditasjon og oppmerksomhet,
med fullkommen kunnskap og adferd,
og med grundig vurdering av dhamma
skal du beseire all lidelse.

145.
En vanningsekspert leder vannet,
en pil maker retter ut pila,
snekkerne bøyer til treverket,
den gode temmer seg selv.

11. Alderdommen

146.

Hvorfor denne lystighet og latter
når det alltid brenner?
Innhyllet i mørke,
vil du ikke søke etter lyset?

147.
Se på denne utstafferte dokka,
skrøpelig, en haug med sår på to bein,
fylt av allslags intensjoner -
her er intet fast å bygge på.

148.
Nå er denne kroppen utslitt,
et sykdomsreir på sammenbruddets rand.
Snart så brister denne råtne haugen.
Sannelig, vårt liv tar slutt i døden!

149.*
Ser du disse bleke hodeskaller
slik de ligger strødd omkring
som gresskar spredd av høstens vinder -
hva finnes det vel her å hige etter?

150.
En borg av knokler er bygd opp
og dekket til med kjøtt og blod,
og der bor alderdom og død
og overmot og hykleri.

151.
Selv kongenes praktfulle vogner blir utslitt,
og likedan slites vårt legeme ned.
De Godes lære blir aldri foreldet,
for alle de beste forkynner den.

152.
Den som lite lærer
eldes som en stut.
Kjøttet hans det vokser,
men ikke hans forstand.

153.*
Mange fødslers kretsløp gjennomgikk jeg,
søkte husets byggmester, men fant ham ei.
Smertefullt det er å fødes gang på gang!

154.
Byggmester! Nå har jeg sett deg!
Huset skal du ikke bygge om igjen.
Nå er alle bjelker brukket,
mønsåsen er ødelagt;
sinnet mitt har nådd det ubetingede,
alt begjær tilbakelagt!

155.
Den som har unnlatt å lutre seg selv,
og ikke har lagt seg opp gods i sin ungdom,
hentæres liksom tilårskomne hegrer
i myrdammer tomme for fisk.

156.
Den som har unnlatt å lutre seg selv
og ikke har lagt seg opp gods i sin ungdom,
ligger tilslutt der som bortskutte piler,
lengter forgjeves til hensvunne dager.

12. Seg selv

157.*

Den som holder av seg selv
bør ta seg vel i vare.
En av de tre nattevakter
bør den vise være våken.

158.
Først bør den vise befeste seg selv
i det som er riktig og rett, -
deretter kan han gi råd til andre;
så unngår han skinnhellighet.

159.
Hvis du selv gjør nettopp det
du råder andre til,
kan du, ettersom du selv
er temmet, også temme andre;
for det er ikke lett
å temme seg selv.

160.
For du er din egen frelser,
hvilken annen frelser finnes det vel?
I et veltemmet sinn der har du en frelser
som ikke du finner maken til.

161.
Det onde som man selv har gjort,
tenkt ut og satt i verk;
det knuser dåren like effektivt
som diamanten kløver en falsk juvel.

162.
Den som lar ondskap og råttenskap
omslynge seg som en kvelende plante,

gjør mot seg selv nettopp det som hans verste
fiender vel kunne ønske ham.

163.
Det er lett å gjøre det som er dårlig
og skadelig for en selv.
Men det som er nyttig og godt, det er sannelig
ytterst vanskelig å gjøre.

164.
Den som i sin uforstand
og ut fra uholdbare teorier
spotter de edles
de verdiges og de rettferdiges budskap -
han frembringer frukter til eget forderv
liksom et katthaka-siv.

165.*
I den grad du selv gjør det onde
vil du forsøple deg selv.
I den grad du selv lar det onde bli ugjort
vil du foredle deg selv.
Renhet og urenhet bor i deg selv,
ingen kan gjøre en annen ren.

166.*
Ingen bør gi avkall på sitt eget beste
til fordel for andres, om det enn er stort.
Når man har funnet ut hva som er best for en selv,
da bør man ivrig forfølge det høyeste gode.

13. Verden

167.

Man bør ikke følge en simpel lære
og ikke leve i slapphet,
man bør ikke henge ved vrangforestillinger
eller ved verdslige ting.

168.
Stå opp! og vær ikke lenger så slapp,
men gå den gode dhammas vei.
Den som vandrer i dhamma lever lykkelig
både i denne verden og i den andre.

169.
Ferdes ikke på dårlige veier,
men gå den gode dhammas vei.
Den som vandrer i dhamma lever lykkelig
både i denne verden og i den andre.

170.
Se på verden som ei boble,
se den som en hildring.
Dødens konge ser ikke den
som betrakter verden slik.

171.
Kom og se på denne verden,
den ligner en glorete paradevogn;
her synker dåren til bunns,
men vismannen er ikke interessert.

172.
Den som før har vært slapp,
men siden har våknet til handling,
han lyser opp denne verden
som månen fra skyfri himmel.

173.
Den som med gode gjerninger
gjør opp for det han har gjort av vondt,
han lyser opp denne verden
som månen fra skyfri himmel.

174.
Forblindet er denne verden,
bare et fåtall når innsikt,
bare et fåtall kan fri seg som fuglen
fra nettet, og nå fram til lykkens land.

175.
Svanene følger solens bane,
en magiker flyr gjennom lufta;
den vise slår Mara og hele hans hær
og lar seg gli bort fra verden.

176.
Den som først har brutt med sannheten
og tatt et løgnens ord i munn,
som avviser den annen verden -
for ham er intet ondt umulig.

177.
En gnier kommer aldri til englenes verden,
og dåren setter ikke pris på gavmildhet.
Den vise, derimot, har ekte giverglede,
og nettopp derfor blir han lykkelig etterpå.

178.*
Bedre enn enevoldsmakt på jorda
eller å komme til himmelen
eller ha makt over alle verdener -

Sotapattis frukt er det beste av alt.

14. Buddha

179.
Hvordan vil du forføre en opplyst?
Han har ingen svake punkter
og hans dimensjoner er grenseløse.
Hans seier kan ingen omstøte
og ingen i verden når opp til den.

180.
Hvordan vil du forføre en opplyst?
Han har ingen svake punkter
og hans dimensjoner er grenseløse.
I ham finnes intet giftig og klebrig
begjær, som kan føre på villspor.

181.
Selv englene beundrer ham,
den vise og meditasjonsengasjerte,
den våkne og fullkomment opplyste,
som trives i fordringsløs ro.

182.
Det er ikke lett å fødes som menneske,
det er ikke lett å leve som dødelig,
det er ikke lett å få høre sann dhamma,
det er ikke lett å bli opplyst.

183.*
Å unngå å gjøre det onde,
gå inn for å gjøre det gode,
foredle sitt eget sinn, -

det er de opplystes budskap.

184.
Den edleste form for askese
er standhaftig tålmodighet,
men høyest av alt er nibbana,
så sier de opplyste.
Den som er andre til skade
er slett ingen munk,
og heller ikke en sann filosof
er den som er andre til men.

185.*
Å ikke skade eller fornærme,
å være behersket i samsvar med normen,
å spise med måte,
å føre et stille og rolig liv
og dvele i høyere tankeplan, -
det er de opplystes budskap.

186.
Nytelseslysten ble ikke mettet
selv om det regnte med penger.
Vis er den som har innsett det,
at i vellyst er smerte men intet behag.

187.
Selv ikke himmelske gleder
ville han finne behag i.
Den som har lært av de fullkomment opplyste,
finner behag i å slukke begjæret.

188.
Folk som skjelver av frykt

søker seg mang en slags tilflukt:
templer og hellige trær,
parker, skoger og åser.

189.
Men dette er ingen sikker tilflukt,
dette er ikke den beste tilflukt.
Den som tar tilflukt på slikt et sted,
får ingen frihet fra det som gjør vondt.

190.
Men den som tar sin tilflukt
i Buddha, Dhamma og Sangha,
ser med fullkommen innsikt
de fire edle sannheter:

191.
Sannheten om lidelsen,
og hvordan den blir til,
om dens overvinnelse,
og om den edle åttedelte vei
som fører til lidelsens lindring.

192.
Dette er en sikker tilflukt,
dette er den beste tilflukt.
Den som tar sin tilflukt slik
blir fri fra alt som gjør vondt.

193.
Det er ikke lett å finne
et virkelig edelt menneske,
han blir ikke født hvor som helst.
Der hvor en sådan vismann blir født

blir det til lykke for hele hans ætt.

194.*
En lykke er det at opplyste blir født,
en lykke er å bli undervist i den sanne lære,
en lykke er at forsamlingen har enighet,
en lykke er de eniges iherdighet.

195.
Den som gjør ære på disse ærverdige, -
en av de opplyste eller av deres elever,
de som har lagt alle hindringer bak seg
og overvunnet sorg og klage, -

196.
den som gjør ære på slike, -
på de som har oppnådd nibbana
og ikke har noe å frykte lenger, -
ingen kan måle de gode fortjenester
som han da legger seg opp.

15. Lykken

197.
Sannelig lever vi lykkelig,
uten hat blant de hatefulle.
Midt iblant hatende mennesker
lever vi uten hat.

198.
Sannelig lever vi lykkelig,
sunne midt blant de usunne.
Midt iblant usunne mennesker
lever vi her i sunnhet.

199.
Sannelig lever vi lykkelig,
uten begjær blant de grådige.
Midt iblant grådige mennesker
lever vi uten begjær.

200.
Sannelig lever vi lykkelig,
vi som ingenting eier.
Vi skal leve av glede,
liksom de strålende guder.

201.
Seier er årsak til fiendskap,
for den som har tapt har det vondt.
Lykkelig den som har fred i seg selv,
som hever seg opp over vinning og tap.

202.*
Det fins ingen ild som begjærets ild,
det fins ingen ulykke verre enn hat,
og ingen smerte er verre enn den som
bor i personlighetens eksistens.
Det fins ingen lykke større enn fred.

203.*
Hunger er den verste sykdom,
livsimpulsene den største smerte.
Den som virkelig har innsett dette,
ser nibbana som den største lykke.

204.*
Helse er det største gode,
trivsel er den største rikdom,

den trofaste den beste frende,
nibbana er den største lykke.

205.
Den som har drukket av stillhetens
og ensomhetens nektar,
blir fri fra frykt og ondskap
idet han nyter av dhammas essens.

206.
Det er herlig å se de edle,
og samvær med dem bringer alltid lykke.
Så lenge man slipper å se de dåraktige
kan man bestandig bli lykkelig.

207.
For den som omgås med dårer,
sørger i lange tider.
Samvær med dårer er alltid
så pinlig som med en uvenn,
mens samvær med vise, derimot,
er som å møtes med skyldfolk.

208.
Følg derfor den som er edel og vis,
innsiktsfull, plikttro, tålmodig og lærd.
Hold følge med gode, forstandige folk,
som månen følger stjernenes veier.

16. Det som er kjært

209.
Den som driver med det som ikke bør gjøres,
som ikke øver seg opp i det som bør øves,

forkaster det nyttige, griper til det bekvemme, -
han kan misunne den som foredler seg selv.

210.
Søk ikke omgang med det du har kjært,
og aldri med det som du ikke har kjært;
for smertefullt er det å savne det kjære
og omgås med det som du ikke har kjært.

211.
Hold derfor intet som kjært,
for vondt er å skilles fra det du er glad i.
Det fins ingen bånd for den som verken
har forkjærlighet eller motvilje.

212.
Av det som er kjært oppstår sorg,
av det som er kjært fødes frykt.
Den som har fridd seg fra det som er kjært
har ingen sorg, hva så med frykt?

213.
Av attråen oppstår sorg,
av attråen fødes frykt.
Den som har fridd seg fra attrå
har ingen sorg, hva så med frykt?

214.
Av nytelsen oppstår sorg,
av nytelsen fødes frykt.
Den som har fridd seg fra nytelsen
har ingen sorg, hva så med frykt?

215.

Av vellysten oppstår sorg,
av vellysten fødes frykt.
Den som har fridd seg fra vellysten
har ingen sorg, hva så med frykt?

216.
Av begjær oppstår sorg,
av begjær fødes frykt.
Den som har fridd seg fra alt begjær
har ingen sorg, hva så med frykt?

217.
Den som har innsikt og høy moral,
lever rettferdig og taler sannhet
og passer sine egne ting -
ham vil folk holde av.

218.
Hvis du lar din tanke være fylt
av lengsel etter det uutsigelige,
og ikke binder tankene til vellyst,
kan du kalles en som går oppad.

219.
Når noen trygt har kommet hjem
etter å ha vært lenge bortreist,
møter slekt og venner ham
og ønsker ham velkommen.

220.
Og liksom hans slektninger møter sin kjære,
slik vil hans gode gjerninger
ta imot den som har handlet godt,
når han forlater denne verden

og kommer fram til den neste.

17. Sinne

221.*
Vær ikke sint, og gi avkall på stolthet,
gå rolig forbi alt som binder.
Lidelsen kommer aldri til den
som ikke henger ved navn og form,
og ikke regner noe som sitt.

222.
Hvis du er i stand til å betvinge
ditt raseri som nettopp velter fram,
som om det var ei vogn du holdt tilbake
når hestene var ved å løpe løpsk;
da kaller jeg deg virkelig en kjørekar -
de andre bare griper etter tøylene

223.
Med vennlighet vinner du over den sinte
med godhet over den onde.
Med gavmildhet kan du en gnier beseire
og løgneren med sannferdighet.

224.
Hold deg til sannheten, bli ikke sint,
gi av det lille du har når man ber deg.
Følger du disse tre grunnsetninger,
kommer du englene nær.

225.
De vise, som aldri er noen til skade,
som alltid har kroppen sin under kontroll,

de går til det stedet hvor døden ei finnes,
dithen hvor sorgene ikke er til.

226.
I den som alltid er våken,
som trener seg dag og natt,
og setter nibbana opp som sitt mål, -
i ham forsvinner alt negativt.

227.*
Dette er gammelt, min Atula,
det er ikke nytt av idag:
man klandrer den som forholder seg taus,
man klandrer den som taler mye,
selv den som taler med måte blir klandret.
Ingen her i verden unngår klander.

228.
For aldri har det vært,
og aldri vil det finnes,
og heller ikke fins det nå
et menneske som bare roses,
eller bare kritiseres.

229.
Men den som de vise lovpriser
når de har testet ham dag etter dag,
og funnet at han er forstandig,
har innsikt og god moral,
og at hans framferd er uten feil, -

230.
hvem er da verdig å klandre en slik en?
Han er så ren som det pureste gull.

Til og med englene priser ham,
han lovprises endog av gud.

231.
Vokt deg for hissige handlinger,
og ha full kontroll over kroppen.
Legg bort all dårlig oppførsel,
og hold deg til gode gjerninger.

232.
Vokt deg for hissige ord,
og ha full kontroll over talen.
Legg bort all dårlig tale,
og hold deg til gode ord.

233.
Vokt deg for hissige tanker,
og ha full kontroll over sinnet.
Legg fra deg alle dårlige tanker,
og hold deg til de som er gode.

234.
Den vise behersker kroppen,
og talen sin likeså.
Tanken behersker han like godt,
da er han i sannhet sin egen herre.

18. Pletter

235.
Du er som et vissent løv nå,
og dødens sendebud venter på deg.
Du står ved terskelen til din bortgang,
og du er ikke utstyrt for reisen.

236.*
Gjør deg en lampe,
anstreng deg straks og bli vis!
Plettfri og feilfri skal du nå fram til
de opphøydes himmelske plan.

237.
Nå går livet ditt mot sin slutt,
og du har kommet døden nær.
Det fins ingen hvileplass underveis,
og du er ikke utstyrt for reisen.

238.
Gjør deg en lampe,
anstreng deg straks og bli vis!
Plettfri og feilfri skal du ei mere
gjennomgå fødsel og forfall.

239.
Litt av gangen, med tiden til hjelp,
kan den som er vis fordrive
alt smuss fra sitt eget sinn,
liksom smeden hamrer ut sølvet.

240.
Rusten fortærer jernet
enda det er dens opphav.
Slik vil fråtserens egne gjerninger
føre ham ut i ulykke.

241.
Skriftenes plett er å ikke bli lest,
hjemlivets plett er likegladhet,
kroppens plett er sløvhet,

vaktmannens plett er døsighet.

242.
Kvinnens plett er usømmelig atferd,
giverens plett er gjerrighet,
tankens plett er ondskap,
både her og i neste verden.

243.
Men verre enn alle disse pletter
er uvitenheten, den styggeste plett.
Denne pletten må fjernes, bhikkhu,
så skal du plettfri være.

244.
Livet er lett for den hensynsløse,
for ham som er frekk som ei skjære,
kjepphøy og nesevis, grisk og ustyrlig;
som lever et tarvelig liv.

245.
Men livet er hardt for den hensynsfulle,
som alltid søker det rene,
åpen til sinns og fordringsløs;
som lever i innsikt og renhet.

246.*
Den som dreper et levende vesen,
som farer med urett tale,
som tar det som ikke blir gitt ham her,
og går til en annens make, -

247.
som henfaller til nytelse

av rusmidler, - den arme dåre
graver opp sine egne røtter
her i denne verden.

248.
Så skal du vite, min gode venn,
at dårlig vaner er vonde å vende.
La ikke griskhet og uvaner trekke deg
rundt i langvarig lidelse.

249.
Et menneske gir ifølge sin tro,
og etter sin velvilje.
Den som derfor er misfornøyd
med mat og drikke som andre har gitt,
oppnår ingen konsentrasjon,
verken ved natt eller dag.

250.
Men den som fullstendig har utryddet misnøyen,
og rykket den opp med rota,
han vil oppnå konsentrasjon,
både ved natt og ved dag.

251.
Det fins ingen ild som begjærets ild,
det fins intet grep som hatet,
det fins intet nett som uvitenheten,
det fins ingen elv som tørsten.

252.
Andres feil er lett å se,
men ikke dine egne.
Andres vil du avsløre

og vise for all verden,
men dine egne vil du skjule,
som en uheldig falskspiller.

253.
Den som følger med i andres feil
og alltid står beredt til å bebreide, -
hans dårlige tendenser tiltar, .
og han står fjernt fra å bli kvitt dem.

254.*
Det fins ingen fotspor i lufta,
utenfor fins ingen sann filosof.
Folk flest trivs med sin livsløgn,
men slikt ligger fjernt for en Tathagata.

255.
Det fins ingen fotspor i lufta,
utenfor fins ingen sann filosof.
Det som er sammensatt er ikke evig,
det fins ingen svikt i de opplyste.

19. Den rettskafne

256.
Det er ikke dermed sagt
at du er rettskaffen,
fordi om du med brask og bram
vil veilede andre i hva som er rett.
Men om du sindig overveier
både rett og galt,
da kan du kalles vis.

257.

For den som rolig veileder andre,
saktmodig, i samsvar med dhamma, -
han kan kalles rettskaffen, vis,
og rettferdighetens vokter.

258.
Man er ikke dermed vis
fordi om man snakker mye.
Den kan i sannhet kalles vis
som er fredelig, vennlig og uten frykt.

259.
Man er ingen kjenner av dhamma
fordi om man snakker mye.
Men den som lever i dhamma
og ikke forsømmer den,
han skal kalles en kjenner av dhamma
selv om han ikke er lærd.

260.*
Man er ikke dermed en Eldre
fordi om ens hode er grånet.
Hvis man bare er modnet i alder,
da er man eldet forgjeves.

261.
Nei, han som er sann og rettferdig,
behersket og vennlig, med selvdisiplin;
han, den vise og rene i hjertet,
han kan i sannhet kalles en Eldre.

262.
Vakre ord er ikke nok,
ei heller vakkert utseende.

Man er intet virkelig edelt menneske
hvis man er gjerrig, falsk og misunnelig.

263.
Men den som fullstendig har utryddet dette,
og rykket det opp med rota,
han, den forstandige, fri fra alt hat,
han er et virkelig edelt menneske.

264.*
Man blir ikke munk ved å rake av håret
hvis man er troløs og umoralsk.
Hvordan kan vel han være munk,
som er fylt av begjær og grådighet?

265.
Men han som fullstendig har undertrykt ondskapen
både i stort og smått,
kalles en munk nettopp derfor
at alt det onde er brakt til opphør.

266.*
Man er ikke tiggermunk bare fordi
om man lever av almisser.
Selv ikke den som påtar seg alle reglene
blir med det en virkelig tiggermunk.

267.
Den som fører et edelt liv
og hever seg over godt og vondt,
og vandrer i verden med visdom,
han kan kalles en tiggermunk.

268.*

Man blir ikke vismann bare ved taushet,
hvis man er uvitende og dum.
Den er vis som veier omhyggelig,
og derpå velger ut det som er godt

269.
og likedan forkaster det onde, -
nettopp derfor så er han vis.
Han kalles en vismann nettopp fordi
han overveier begge verdener.

270.
Man kan ikke kalles edel
når man skader levende vesener.
Men ved å la alle levende vesener
være i fred, er man edel.

271.
Ikke ved regler og ritualer
eller ved lærdom stor,
heller ikke ved meditasjon
eller en ensom bolig

272.
skal jeg nå fram til frihetens lykke,
den som mengden ikke kan oppnå.
Bhikkhu! Vær ikke sikker
før du grundig har luket bort
dine negative tendenser!

20. Veien

273.
Av alle veier er

den åttedelte den beste.
Av alle sannheter
er de fire de beste.
Av alle læresetninger
er frihet fra lidenskap den som er best.
Av alle de som går på to
er den som har innsikt den beste.

274.
Dette er veien, det fins ingen annen
som leder til innsikt og renhet.
Denne skal dere følge,
så narres Mara på villspor.

275.*
Dersom dere følger den,
skal dere gjøre en slutt på lidelsen.
Denne veien gjorde jeg kjent
så snart jeg lærte å fjerne brodden.

276.
En Tathagata viser veien,
selv må du gjøre det som skal til!
Den som mediterer og følger veien
blir fri fra Maras lenker.

277.*
Alt som er sammensatt er foranderlig.
Den som i visdom innser dette,
vender seg bort fra lidelsen.
Dette er veien til renhet.

278.*
Alt som er sammensatt er underlagt lidelse.

Den som i visdom innser dette,
vender seg bort fra lidelsen.
Dette er veien til renhet.

279.*
Alle ting er uten jeg-substans.
Den som i visdom innser dette,
vender seg bort fra lidelsen.
Dette er veien til renhet.

280.
Den som til tross for ungdom og styrke
ikke står opp selv når det er på tide,
treg og slapp og lite besluttsom,
en slik finner ikke veien til visdom.

281.
Man bør vokte sin tale vel,
og holde sinnet under kontroll,
og ikke utføre dårlige gjerninger.
Disse tre handlingsmåter bør renses,
så kan du følge vismannens vei.

282.
Iherdig trening skaper innsikt,
med treningens forfall forfaller og innsikten.
Når du kjenner til disse to veier
som fører til framgang og stagnasjon,
bør du se til å ordne deg slik
at innsikten din kan øke.

283.*
Hogg ned skogen, men ikke ett tre!
I skogen lurer det farer.

Når du har hogd ned skog og kratt,
skal du bli fri fra skogen, bhikkhu.

284.
Så lenge mannens begjær etter kvinner,
ja, selv det minste, ikke er avskåret, -
så lenge er hans tanker bundet,
som en diende kalv til sin mor.

285.
Skjær over egenkjærligheten
slik som du plukker høstens lotus.
La fredens veier føre deg fram
til nibbana, det som Buddha har pekt på.

286.
«Her skal jeg bo i regntida,
og her gjennom sommer og vinter.»
Slik tenker dåren og innser ikke
at noe kan komme i veien.

287.*
Den mann som fylt av higen
beruses av sønner og buskap,
han overraskes av døden
som en sovende landsby av flom.

288.
Det er ingen hjelp i sønner,
og ikke i far eller andre slektninger.
Den som blir grepet av døden
kan ikke hjelpes av sine nærmeste.

289.

Så la da den vise og gode
som innser hva dette betyr,
hurtigst mulig rydde den veien
som fører fram til nibbana.

21. Forskjellig

290.
Om man kan vinne en større lykke
ved å gi slipp på en mindre lykke,
da er man klok om man slipper den lille
og retter sitt blikk mot den store.

291.
Den som vil bli lykkelig
ved å gjøre andre vondt,
snøres inn i hatets bånd
og kommer ikke løs fra dem.

292.
De dårlige tendenser øker i den
som forsømmer å gjøre det som han burde,
men tvertimot gjør det han ikke bør,
og er overfladisk og arrogant.

293.
De dårlige tendenser svinner i den
som stadig retter sin oppmerksomhet
mot observasjon av kroppens natur,
som ikke gjør det som ikke bør gjøres,
men holder fram i det som han bør
med våken og klar forståelse.

294.*

Den høyreiste går uforstyrret
når han har drept sin mor og far,
to konger av edel byrd,
og ruinert både land og folk.

295.
Den høyreiste går uforstyrret
når han har drept sin mor og far,
to konger fylt av lærdom,
og en tiger som nummer fem.

296.*
Gotamas elever
er alltid lysvåkne -
de som både dag og natt
betrakter Buddhas natur.

297.
Gotamas elever
er all tid lysvåkne -
de som både dag og natt
betrakter Dhammas natur.

298.
Gotamas elever
er alltid lysvåkne -
de som både dag og natt
betrakter Sanghas natur.

299.
Gotamas elever
er alltid lysvåkne -
de som både dag og natt
betrakter kroppens natur.

300.
Gotamas elever
er alltid lysvåkne -
de som både dag og natt
frydes ved nestekjærlighet.

301.
Gotamas elever
er alltid Iysvåkne -
de som både natt og dag
frydes ved egenutvikling.

302.*
Det er ikke lett å være munk
og trives med munkelivet,
men hjemmelivet kan også være
tungt og fylt av plager.
Slitsomt kan det være
å savne omgang med likemenn,
og den som er på reise
har lidelsen som følgesvenn.
Vær derfor ikke på reise,
og unngå følge av lidelsen.

303.
Den som har tillit og god moral
og rikdom og godt renomme,
han mottas med heder uansett hvorhen
han enn måtte velge å ferdes.

304.
Den gode skinner så vidt omkring
som Himalayas tinder.
Den dårlige, derimot, blir ikke sett,

som flyvende piler i natten.

305.
Den som ferdes i ensomhet,
som sover og sitter alene,
som uopphørlig arbeider med
å temme seg selv i ensomhet, -
vil trives i skogens dyp.

22. Pinen

306.
Både den som kommer med falske anklager
og den som benekter det han har gjort,
havner i pinens tilstand.
Begge de to går det likedan etterpå
fordi de har handlet nederdrektig.

307.
Mange av de som har gule kapper
er onde og ubeherskede.
Men disse onde kommer til pinen
på grunn av sine onde handlinger.

308.*
Bedre er det å sluke ei glødende kule
av jern, som brenner som flammetunger,
enn å spise av folkets gaver
for den som er uten moral og selvkontroll.

309.
Fire ting hender den hensynsløse
som går til en annens hustru:
en ugunstig framtid, urolig søvn,

for det tredje pådrar han seg kritikk
og for det fjerde kommer han i pinen.

310.
Ugunstig blir framtiden og vond blir veien,
og gleden er liten for henne og ham
når begge to er nervøse.
Kongen straffer dessuten hardt,
derfor bør ingen gå til en annens hustru.

311.
Et kusagras-strå kan skjære handa
hvis ikke du griper det rett.
Og griper du munkelivet feil an,
trekker det deg ned i pinen.

312.
Enhver apatisk handling
og dårlig vane
og halvhjertet selvdisiplin
gir dårlig resultat.

313.*
Hvis noe skal gjøres, så bør man gjøre det
helhjertet og ettertrykkelig.
En munketilværelse uten fasthet
hvirvler bare opp støv.

314.
En dårlig handling bør helst få bli ugjort,
for etterpå angrer man det som er galt.
Men riktige handlinger er best å få gjort,
slike man etterpå ikke kan angre.

315.
Liksom en grensefestning har vakter
både innvendig og utvendig,
slik bør du vokte deg selv
og ikke la sjansen gå deg forbi.
De som lot sin sjanse gli fra seg
kan sørge, for de er på vei
mot de pinefulle tilstander.

316.
De som skammer seg over
det som ikke er skammelig,
men ikke skammer seg over
det som er skammelig, -
de holder på vrangforestillinger
og følger den vei som går nedad.

317.
De som ser farer
i det som ikke er farlig,
men anser som ufarlig
det som virkelig er farlig, -
de holder på vrangforestillinger
og følger den vei som går nedad.

318.
De som mener at rett er galt
og anser det gale som rett,
de holder på vrangforestillinger
og følger den vei som går nedad.

319.
Men de som bedømmer det gale som galt
og kjenner det rette som rett,

de har den rette oppfatning
og følger den vei som går oppad.

23. Elefanten

320.
Ukvemsord vil jeg tåle
liksom en stridselefant
utholder pilenes regn,
for mengden er sannelig simpel.

321.
En tam elefant kan leies i folkevrimmelen,
selv kongen kan ri på en slik;
den beste blant mennesker er den som er temmet,
som utholder ukvemsord.

322.
Et veldressert muldyr er bra,
det samme er fullblodshester
fra Sindhu, og store elefanter,
men best er den som har temmet seg selv.

323.
For til det uoppnådde land
kommer man ikke med ridedyr, -
dit et behersket menneske går
på grunn av sin selvdisiplin.

324.*
Elefanten Dhanapalaka
er vanskelig å holde i brunsttiden;
i fangenskap spiser den ikke en bit,
den lengter etter sin frie skog.

325.
Den dvaske storeteren
som ligger og velter seg søvnig omkring
liksom en gjøgris, stor og forspist,
den tosken fødes igjen og igjen.

326.
Før så vandret mitt sinn omkring
nøyaktig slik som det fant det for godt.
Men fra idag skal jeg styre det vel,
slik føreren styrer en vill elefant.

327.
Finn din glede i fliden,
pass på tankene dine.
Riv deg løs fra den dårlige vei,
som elefanten fra gjørmehullet.

328.
Hvis du finner en venn på veien
som er forstandig, klok og god,
bør du slå følge med ham.
Våken og glad til sinns
skal du beseire alle farer.

329.
Men finner du ingen venn på veien,
som er forstandig, ærlig og klok,
da er det bedre å vandre alene;
liksom en konge på flukt fra fienden,
eller en stolt elefant i sin skog.

330.
Bedre er det å leve alene,

i dårer er intet selskap.
Sorgløs kan du vandre alene
som elefanten i skogen sin,
når ikke du gjør noe vondt.

331.
Lykkelig den som har venner
som hjelper til når det trengs.
Lykkelig den som er vel tilfreds
med det lille han har.
Lykkelig den som har gjort noe godt
når livet går mot sin slutt.
Lykkelig den som kan legge bak seg
alle slags lidelser.

332.
Lykkelig den som kan tjene sin mor
her i verden, og likedan tjene sin far.
Lykkelig den som kan tjene en munk
her i verden, og likedan tjene en høyreist.

333.
Lykkelig den som gjør godt hele livet
og eier en velgrunnet overbevisning.
Lykkelig den som har vunnet seg innsikt
og aldri mer gjør noe ondt.

24. Begjæret

334.
Begjæret vokser som slyngplanter
i den som fører et tankeløst liv.
Han flakker fra en eksistens til en annen,
som apen i skogen på jakt etter frukt.

335.
Sorgene skyter i været
som birana-gras etter regn
i ham som blir tatt av begjæret,
det usle, som henger seg fast.

336.
Men sorgene preller av
som dråper på lotusbladet
på ham som overvinner begjæret,
det usle, så tungt å bære.

337.
Så ønsker jeg alt det beste for dere
som nå er forsamlet her.
Grav opp begjærets røtter
slik som du graver opp birana-graset
for å finne dets duftende rot.
La ikke Mara få knekke dere
gang på gang, slik som bølgene
knekker sivet ved stranda.

338.
Liksom treet du hogger ned
skyter nye skudd igjen
når rota får stå der hel og uskadd,
slik vil og det latente begjæret
føre til lidelse gang på gang,
så lenge det ikke er dradd ut med rota.

339.*
Dersom de trettiseks strømninger
som strømmer mot det som er tiltalende,
er kraftige i ditt indre;

da blir du ført på villspor,
og dine begjærlige tanker
feier deg bort som en flom.

340.
Disse strømninger fins overalt, .
og slyngplanten skyter i været og trives.
Når du har sett hvordan slyngplanten vokser,
så skjær over rota med visdom!

341.
Menneskets lykkestunder
er flyktige, fulle av krav.
De som prøver å finne lykken
ved å mette sin nytelseslyst,
de menneskene er sannelig
underlagt fødsel og alderdom.

342.
Folk som lokkes av sitt begjær
løper omkring som skremte harer.
I sine lenker sitter de fast,
og kommer i ulykke gang på gang,
igjennom lange tider.

343.
Folk som lokkes av sitt begjær
løper omkring som skremte harer.
Den munk som ønsker bli lidenskapsløs
bør derfor fordrive begjæret.

344.*
En som er blitt fri fra begjæret
søker ut i skogen.

Men siden, skjønt han er fri fra begjær,
løper han rett til bake til det.
Se på den mannen! Skjønt han var fri,
løper han tilbake til sine lenker.

345.
Det stengsel som er gjort av jern,
av tre og hampetau, -
det er ikke så sterkt, ifølge
det de vise sier.
Men lidenskap og lengsel etter
ringer og juveler,
og etter barn og hustru, -

346.
se, det er sterke stengsler,
det er de vises mening.
For disse trekker nedover;
selv om de er myke
så er de vanskelig å fri seg fra.
De vise skjærer over disse,
og gjør seg fri fra sansebegjær
og fra andre nytelser.
Uten lengsler går de bort.

347.
De som er oppfylt av lengsel og lidenskap
faller tilbake i strømmen,
som en edderkopp fanget i eget nett.
De vise skjærer også over dette,
og frir seg fra alle slags lidelser.
Uten lengsler går de bort.

348.

Fri deg fra fortiden, fri deg fra framtiden,
fri deg fra nåtiden likeså.
Sett over til den andre bredd.
Når ditt sinn er blitt fullkomment fritt,
da skal du aldri mer
gjennomgå fødsel og forfall.

349.
Den som er plaget av tankene sine,
en levemann med sterke drifter, -
begjæret hans bare øker, mens
han smir seg selv sterke lenker.

350.*
Den som gjerne bringer tanken til ro
og stadig, med klar oppmerksomhet,
tenker over det som er urent, -
han skal gjøre fullstendig slutt på
Maras lenker, og sprenge dem.

351.
Den som har oppnådd fullkommenhet
og som er uten frykt,
fri fra begjær og uten feil,
som har dratt ut tilværelsens brodd, -
for ham er dette det siste legeme.

352.
Den som er ubundet, fri fra begjær,
og kyndig i skriftenes innhold og form,
som kjenner bokstavenes innbyrdes ordning,
og vet hva som kommer først og sist, -
han er nå i sitt siste legeme
og han kalles vis og stor.

353.*
Alt har jeg vunnet! Alt har jeg sett!
Blant alle ting går jeg upåvirket.
Alt har jeg sagt fra meg, nå er jeg fri,
ved at jeg har gjort slutt på begjæret.
Selv har jeg vunnet den innsikt jeg har,
hvem skal jeg da kunne henvise til?

354.
Av alle gaver er dhamma den beste gave,
av alle essenser er dhammas essens den edleste,
av alle gleder gir dhamma den største glede,
og alle lidelser slukkes i den som er uten krav.

355.
Rikdommen ødelegger den uforstandige,
men ikke den som søker den andre bredden.
Griskhet etter eiendeler får den uforstandige
til å ødelegge både seg selv og andre.

356.
Åkeren skades av ugras,
menneskeheten av grådighet.
Derfor gir det gode frukter
å gi til den som er uten grådighet.

357.
Åkeren skades av ugras,
menneskeheten av hat.
Derfor gir det gode frukter
å gi til den som er uten hat.

358.
Åkeren skades av ugras,

menneskeheten av uvitenhet.
Derfor gir det gode frukter
å gi til den som er uten uvitenhet.

359.
Åkeren skades av ugras,
menneskeheten av fordringsfullhet.
Derfor gir det gode frukter
å gi til den som er fordringsløs.

25. Bhikkhuen

360.*
Det er bra å ha kontroll over øyet,
kontroll over øret er også bra.
Det er bra å kontrollere sin nese,
kontroll over tunga er også bra.

361.
Det er bra å ha kontroll over kroppen,
kontroll over talen er også bra,
og bra er kontroll over tankene sine;
ja, godt er å ha fullstendig kontroll.
En bhikkhu som har fullstendig kontroll,
blir fri fra alt som er vondt.

362.
Den som behersker hender, føtter og tale,
ja, som er behersket i alle henseender,
som er fylt av en indre glede,
ensom, konsentrert og vel tilfreds, -
han kan i sannhet kalles en bhikkhu.

363.

Herlig er det å høre en bhikkhu
som vet å forklare ånd og bokstav,
veltalende, men ikke pompøs,
med milde harmoniske ord.

364.
Den bhikkhu som frydes ved dhamma
og finner sin glede der,
som tenker dhamma grundig igjennom
og bærer den vel i sinne, -
han faller ikke fra sannheten bort.

365.
Man bør ikke forakte
det som man selv har fått,
og heller ikke misunne
andre det de har fått.
Den som misunner andre,
den bhikkhu blir ikke konsentrert.

366.
Selv englene priser den bhikkhu
som ikke forakter det som han har,
selv om det enn er lite,
og lever et rent og aktivt liv.

367.*
Den som ikke innbiller seg
at noe som helst av navn og form
virkelig er hans eget,
og ikke sørger over det som ikke er,
han kan virkelig kalles en bhikkhu.

368.*

Den bhikkhu som lever i nestekjærlighet
i full fortrøstning til Buddhas lære,
han finner fram til fredens rike,
den lykke hvor alle impulsene faller til ro.

369.*
Øs denne båten, bhikkhu!
Når du har øst den, seiler den lett.
Når du har skåret av hat og begjær,
da skal du oppnå nibbana.

370.*
Skjær over fem, kvitt deg med fem,
fem andre bør du utvikle.
Den bhikkhu som frir seg fra hindringer fem
kalles en som har krysset floden.

371.
Mediter, bhikkhu, og vær ikke slapp!
La ikke tankene kretse om sansen ytelser,
så ikke du i din tankeløshet
skal tvinges å svelge ei glødende kule av jern,
og ikke skal rope: «Dette gjør vondt!»
mens du brenner.

372.
Det finnes ingen konsentrasjon
for den som mangler innsikt.
Det finnes ingen innsikt
for den som ikke har konsentrasjon.
Men den som har både konsentrasjon
og innsikt, han er nibbana nær.

373.

En overmenneskelig glede oppstår
i den bhikkhu som har trukket seg tilbake
til ensomheten med fredfylt sinn,
og der betrakter dhamma med klar forståelse.

374.*
Når han fullt ut kan begripe
faktorenes oppkomst og undergang,
finner han glede og lykke,
som en som kjenner det udødelige.

375.
Dette her er det første
for en bhikkhu som har forstand:
sansekontroll, tilfredshet,
selvdisiplin etter reglene,
omgang med gode venner,
et rent og aktivt liv.

376.
Vennlig i hele sitt vesen
og fin i sin framferd, det bør han være.
Fylt av glede vil han dermed
gjøre en ende på det som er vondt.

377.
Liksom jasminen slipper
de visnede blomstene fra seg,
skal dere også, bhikkhuer,
gi slipp på hat og begjær.

378.
Den bhikkhu som er vel konsentrert
og rolig i tanker, tale og handling,

som ikke har mer appetitt på verden, -
han kan kalles en avbalansert.

379.
Selv skal du rette på feilene dine
og holde et øye med deg sel v.
Slik, oppmerksom og selvhjulpen,
skal du leve i lykke, bhikkhu.

380.
For du er din egen frelser,
din egen framtid former du selv.
Ta derfor vare på deg selv,
som kjøpmannen skjøtter en fullblodshest.

381.
Den bhikkhu som lever oppfylt av glede
i full fortrøstning til Buddhas lære,
han finner fram til fredens rike,
den lykke hvor alle impulsene faller til ro.

382.
Den bhikkhu som vier seg helt
til Buddhas lære, om enn han er ung,
han lyser opp denne verden
som månen fra skyfri himmel.

26. Den høyreiste

383.*
Skjær over strømmen og vær energisk!
Jag bort begjæret, du høyreiste.
Når du kjenner faktorenes undergang,
da kjenner du, høyreiste, det som er uskapt.

384.*
Når den høyreiste har nådd fram til
den andre bredd etter begge metoder,
knuser han alle lenker,
for nå er han en som vet.

385.*
Han, som verken denne stranda
eller den andre finnes for,
og heller ikke begge strender,
som er fryktløs og uten lenker, -
han vil jeg kalle en høyreist.

386.
Den som sitter i meditasjon,
feilfri og uten lave tendenser,
en som har gjort alt det som skal gjøres
og som har oppnådd det høyeste mål, -
han vil jeg kalle en høyreist.

387.
Sola skinner om dagen,
månen lyser om natta,
fyrsten stråler i all sin prakt,
den høyreiste stråler i meditasjon.
Men Buddha stråler dag og natt
i uforlignelig stråleglans.

388.*
Han kalles en høyreist fordi
han reiser seg høyt over det som er ondt.
Han kalles en vandrer fordi
han vandrer i fullkommen ro.
Han kalles en eneboer fordi

han ikke bor sammen med sine feil.

389.
Ingen bør slå den høyreiste,
men han skal heller ikke bli sint til gjengjeld.
Ve den som slår den høyreiste,
men ve ham enn mer dersom han blir sint!

390.
For en høyreist er intet bedre enn det
å la være å følge et hastig innfall.
Jo mindre du ønsker å skade andre,
jo mere vil lidelsen bringes til opphør.

391.
Han som ikke gjør noe vondt
i tanke, ord og gjerning,
men passer seg vel i disse tre ting, -
han vil jeg kalle en høyreist.

392.
Han som gir deg undervisning
i den fullkomment opplystes lære,
han skal du ære like respektfullt
som presten ærer ildofferet.

393.
Man blir ikke høyreist bare gjennom det ytre,
og heller ikke av fødsel og fine aner;
men den som er sann og rettferdig,
han er ren, han er høyreist.

394.
Hva nytte har du vel, uvettige,

av sammenflettet hår og antilopeskinnskappe?
Bare ditt ytre pusser du rent,
mens innvendig er du et villnis.

395.
Den som bærer ei kappe av filler,
så mager at blodårene stikker fram,
som mediterer ensom i skogen,
han vil jeg kalle en høyreist.

396.
Jeg kaller ingen en høyreist
bare på grunn av hans fødsel.
Eier han noe, blir han hovmodig.
Den som er eiendomsløs og kravløs,
han vil jeg kalle en høyreist.

397.
Den som har sprengt alle hindringer
uten å skjelve, og brutt alle bånd,
og kastet åket ifra seg, -
han vil jeg kalle en høyreist.

398.*
Den som har våknet og løftet bort bommen
og skåret av remmer og bånd,
og dessuten kastet bort bissel og tjor, -
han vil jeg kalle en høyreist.

399.
Den som rolig holder ut
skjellsord, fengsel og pryl,
enda han er uskyldig, -
tålmodighet er hans styrke,

tålmodighet er hans beste forsvar, -
han vil jeg kalle en høyreist.

400.
Den som er godlynt, nøysom og kravløs,
med gode vaner og selvdisiplin,
han bærer nå sitt siste legeme, -
han vil jeg kalle en høyreist.

401.
Den som ikke blir hengende
ved sansenytelser ,
mer enn vann på et lotusblad,
eller et lite sennepsfrø
ytterst på nålespissen, -
han vil jeg kalle en høyreist.

402.
Den som kjenner til her og nå
hvordan hans lidelser bringes til opphør;
har lagt fra seg byrden og kastet åket, -
han vil jeg kalle en høyreist.

403.
Den som er vis og har dyp forståelse,
og vet hva som er veien og ikke veien,
og som har oppnådd det høyeste mål, -
han vil jeg kalle en høyreist.

404.
Den som ikke søker omgang
verken med borgere eller asketer;
som vandrer i hjemløsheten
med minimale behov, -

han vil jeg kalle en høyreist.

405.
Den som har sluttet fred med alle
levende vesener, sterke som svake,
og verken straffer eller dreper, -
han vil jeg kalle en høyreist.

406.
Vennlig blant de fiendtlige,
fredelig blant de voldsomme,
fordomsfri blant de fordomsfulle, -
han vil jeg kalle en høyreist.

407.
Hat og begjær, selvros og overmot, -
alt dette faller bort fra ham
som sennepsfrøet fra nålespissen, -
han vil jeg kalle en høyreist.

408.
Den som ytrer milde ord
som er opplysende og sanne,
og ikke taler hardt til noen, -
han vil jeg kalle en høyreist.

409.
Den her i verden som ikke tar
noe som ikke blir ham gitt,
om det nå enn er langt eller kort,
stygt eller vakkert, stort eller smått, -
han vil jeg kalle en høyreist.

410.

Den som ikke har noen forventninger
verken om denne verden eller den neste,
som har lagt bort forventningene og kastet åket, -
han vil jeg kalle en høyreist.

411.
Den som ikke har noen begjær
og har overvunnet sin usikkerhet;
som har nådd fram til udødeligheten
og latt den omslutte seg helt, -
han vil jeg kalle en høyreist.

412.
Den som fullstendig har overskredet
det godes og det ondes begrensning;
sorgløs, ren og uten feil, -
han vil jeg kalle en høyreist.

413.
Den som er liksom månen,
ren og klar, stille og lys,
som har slukket all nytelseslyst i seg selv, -
han vil jeg kalle en høyreist.

414.
Den som har vandret gjennom
denne farlige hengemyr
og dette illusoriske kretsløp,
og er kommet over til den andre siden;
ettertenksom, uten krav eller usikkerhet,
som helt selvstendig har oppnådd nibbana, -
han vil jeg kalle en høyreist.

415.

Den som har fridd seg fra nytelseslysten
og vandrer omkring som en hjemløs munk,
og har slukket all nytelseslyst i sitt indre, -
han vil jeg kalle en høyreist.

416.
Den som har fridd seg fra alt begjær
og vandrer omkring som en hjemløs munk,
og har slukket alt begjær i sitt indre, -
han vil j eg kalle en høyreist.

417.
Den som har kastet hvert menneskelig bånd,
og lagt alle himmelske bånd langt bak seg,
han har brutt alle lenker og åk;
han vil jeg kalle en høyreist.

418.
Den som verken er for eller mot,
men kjølig og lidenskapsløs,
han er den verdensbeseirende helt, -
han vil jeg kalle en høyreist.

419.
Den som har sett hvordan alt som lever
stadig blir født og dør;
som er lykkelig, opplyst og fri, -
han vil jeg kalle en høyreist.

420.
Verken guder, demoner eller mennesker
kan følge den fullkomnes vei, -
han som er uten lave tendenser, -
han vil jeg kalle en høyreist.

421.
Den som ikke prøver å holde fast
på fortid, nåtid og framtid,
som intet eier og intet søker, -
han vil jeg kalle en høyreist.

422.
Helten, den sterke og edle,
den vise og seierrike,
beskjeden, fullært og opplyst, -
han vil jeg kalle en høyreist.

423.*
Den som kjenner sin fortid
og er kjent med både lykke og fornedrelse,
og har nådd fram til fødslenes slutt;
den vise med fullkommen kunnskap,
som har fullbyrdet alt som kan fullbyrdes, -
han vil jeg kalle en høyreist.

Noter til versene

Hensikten med disse notene er snarere å peke på og drøfte noen få uklare og/eller interessante punkter, enn å gi noen uttømmende utredninger av de problemer og saksområder som det kunne være aktuelt å relatere til versene.

Et sekundært siktemål er å la den gamle kommentaren, Dhammapadatthakatha (Dh.A.) komme litt til orde, både med tanke på de verdifulle tilleggsopplysningene den gir, og for å presentere et lite utdrag av denne kommentarlitteraturen.

I første utgave var diakritiske tegn satt inn. I denne utgaven er de utelatt ut fra den begrunnelse at den leser som kjenner språket pali godt nok til å ha glede av de diakritiske tegnene, også kjenner pali godt nok til å klare seg uten dem.

6. Andre verselinje blir oftest oversatt som "at vi her må dø". Verbet yamamase kan ses enten som en avledning av yama (døden) eller av roten yam (beherske). Dh.A. forklarer kun ut fra det første av disse to alternativene. Men ettersom verbendelsen -amase ifølge Geigers grammatikk er imperativ medium, med konjunktiv (imperativ eller futural) betydning, ville det være rimelig å tolke formen som "at vi burde ...", og i en slik kontekst våger jeg noe nølende å gå på tvers av den gamle kommentaren og velger altså alternativet "at vi burde beherske oss" framfor "at vi burde dø".

7. Mara er den personifiserte død og fristelse (språkhistorisk sett har ordet sammenheng med "mord" og "mare-ritt").

Dh.A. gir tre definisjoner av Mara: a) Kilesamara: Mara som negative tanker og tendenser, b) Maranamara: Mara som døden, og c) Devaputtamara: Mara som gudesønn, dvs. personifisert som åndevesen.

Parallellene med kristendommens djevel er nærliggende, men til forskjell fra denne har Mara intet helvete å regjere over. Hans eneste maktfelt er menneskenes dårskap, og så snart han blir oppdaget og gjenkjent, må han flykte i dypeste frustrasjon. Egentlig en temmelig tragisk skikkelse!

9. Den gule (eller oransje) kappe er bhikkhuenes (munkenes) og bhikkhunienes (nonnenes) drakt.

21. Dh.A. sier: Med det som ikke dør, menes nibbana (nirvana). For ettersom nibbana er ufødt, kan det verken eldes eller dø, og derfor blir det kalt udødelig. Når det står at den som er årvåken ikke dør, må dette ikke tolkes bokstavelig, for intet levende vesen er fri fra alderdom og død. Men for den som er slapp, har livets og dødens kretsløp ingen ende. For den årvåkne, derimot, har kretsløpet en ende.

30. Sakka er konge over devaene (guder, engler), og hans rolle går i alt vesentlig ut på å komme til syne i stor herlighet og prise Buddha og de buddhistiske dyder. Sakka identifiseres med den gamle vediske guden Indra.

44. Dh.A. sier: Beseire denne verden: Erkjenne, realisere og forstå til bunns den indre verden, dvs. sinnets natur.

45. Med "elev" menes her egentlig en meget avansert elev som er kommet langt på buddhismens treningsvei. Dh.A. sier: Eleven er en som trener seg i den høyeste moral, den høyeste meditasjon og den høyeste visdom.

56. Englene, se note til v. 105.

60. Kretsløpet, eller samsara, er livets og dødens kretsløp. Det er også tolket som hverdagens ureflekterte rutiner.

61. Dh.A. sier: En slik (dårlig) person bør man ikke omgås eller være sammen med i det hele tatt, unntatt ut fra medfølelse og medlidenhet. For hvis du mener: "Ved min hjelp kan han bli et bedre menneske", da bør du være vennlig mot ham ut fra din medfølelse, uten å vente noe i gjengjeld. Slik er det bra. Men hvis ikke, er det bedre å ferdes alene i alle situasjoner, i fast og sterk ensomhet.

65. Dh.A. sier: Den som vet han er dum, kan gå til en som er klokere og lære av hans råd, så han selv blir like klok eller enda klokere. Derfor er han allerede klok. Men den tosken som tenker: "Hvem andre er vel så lærd eller så veltalende som jeg?" – han pleier ingen omgang med andre forstandige folk,. Dermed lærer han intet nytt og får ikke praktisert det han kan, og ender i en umåtelig dumhet.

70. Her refereres det til overdreven askese. Se også v. 141 og 394.

84. Dh.A. understreker at alle disse tingene er klanderverdige når de vinnes med urettmessige midler, men ikke nødvendigvis ellers.

88. Forurensninger i sinnet (kilesa) defineres av Dh.A. som identiske med de såkalte fem hindringene: 1) sansebegjær, 2) hat og motvilje, 3) slapphet og tafatthet, 4) uro og rastløshet og 5) vaklevorenhet eller tvil.

89. Opplysningsfaktorene eller oppvåkningsfaktorene (bojjhanga) er disse sju: 1) oppmerksomhet, 2) undersøke fenomenene, 3) energisk innsats, 4) begeistret interesse, 5) sinnsro, 6) konsentrasjon og 7) nøktern sinnslikevekt.

90. Den ærgjerrige munken Devadatta forsøkte å drepe Buddha ved å velte en kampestein over ham, slik at han selv kunne ta kommandoen over munkeordenen. Buddha unnslapp så vidt, men en steinsplint ga ham et sår i foten. Legen Jivaka la på en forbinding og en sterk salve, og dagen etter så han til såret og spurte om Buddha hadde hatt feber. Buddha svarte med dette verset. Dh.A. fortsetter:

Det finnes to slags feber: feber i kroppen og feber i sinnet. Selv den som er fri fra alle negative tendenser i seg selv (som Buddha), kan oppleve feber i kroppen og føle hetebølger og frysninger. Og det var dette Jivaka spurte om. Men Mesteren svarte ut fra sin dype innsikt og ut fra sin evne til å bruke alle slags situasjoner som utgangspunkt for sin undervisning. Derfor lot han svaret dreie seg om feber i sinnet, og sa til slutt: "I absolutt forstand, kjære Jivaka, finnes det ingen feber for den som slik har utryddet alt negativt i seg selv."

92–93. Frigjøring fra de tre negative røttene uvitenhet, hat og grådighet. Det er disse som ligger bak alle våre problemer, og fullstendig utslettelse av dem er det samme som nibbana. To metoder er nevnt i verset. Tomhet vil si å innse at ingenting har absolutt eksistens i seg selv (anatta). Så hvem er det da som krever, og hater? Og hva? Den andre metoden er uvarighet eller foranderlighet, det vil si å innse tilværelsens dynamiske karakter (anicca). Når alt er i stadig forandring, også jeg selv, hvordan er det da mulig å holde på det ønskede, og holde det uønskede borte? Kommentaren sier at en tredje metode, begjærsfrihet, er underforstått her. Når vi innser at alle ting i det lange løp er utilfredsstillende (dukkha), slutter vi også å etterstrebe dem.

97. Ordet for “tro” er saddha, som kan oversettes med “tro” eller “tillit”. Det blir også forklart som begrunnet tillit eller overbevisning.

Nå er imidlertid ikke tro noe sentralt begrep i Buddhas lære. De flest av oss vil nok på bakgrunn av vår luthersk-kristne kulturhistorie sitte med det inntrykk at tro er av avgjørende betydning i all religion. Men slik er det ikke i buddhismen. I den sammenheng kan det være av interesse å gjengi den samtalen som ifølge Dh.A. gikk forut for dette verset:

Buddha stilte sin fremste elev, Sariputta, dette spørsmålet:

– Tror du, Sariputta, at evnen til å tro, hvis den blir styrket og utviklet, fører helt inn i det udødelige (nibbana), inn i det udødeliges fullkommenhet?

– Jeg vandrer ikke her bare fordi jeg tror på deg, Mester! svarte Sariputta. Men slike som verken vet, ser eller hører, som verken realiserer eller trenger inn i visdommen eller i det hele tatt kommer i berøring med den – disse kan nok ha tro på andre, og derav kan de komme til å hevde at evnen til å tro fører helt fram til det udødelige.

Noen munker som satt og hørte på dette, mumlet seg imellom:

– Dette har Sariputta forklart fullstendig feilaktig, og nå tror han altså ikke på Buddha selv, engang!

Men Buddha hørte dem, og sa:

– Men hvordan er det dere snakker, munker? Det jeg spurte Sariputta om, var om han trodde det var mulig å realisere veien og fruktene uten å utvikle kontroll over de fem sansene og uten å øve meditasjon og innsikt. Og han svarte at han ikke trodde dette var mulig. Men han sa ikke noe om at han ikke trodde på gavmildhet, eller på årsak og virkning, og heller ikke at han ikke trodde på Buddhas kvaliteter. Men han vandrer ikke i troen på andre når han selv har oppnådd veien, fruktene og sannheten gjennom sin egen meditasjon og innsikt. Derfor har ikke Sariputta sagt noe galt.

Og han avsluttet sin forklaring med dette verset.

98. Arahant, en ærverdig, er en som har vandret veien til ende og nådd fram til fullkommen oppvåkning og befrielse, slik som Buddha selv. Den eneste forskjellen er at Buddha fant veien ved egen hjelp, mens en arahant har fått impulser og undervisning av en buddha. Men begge når nibbana på like fot. Se også note til v. 178.

105. Buddhas og buddhismens relasjon til gud(er) og lignende har virket forvirrende på mange. Buddha benektet aldri gudenes eksistens, men baserte heller aldri sin lære på dem på noe vis. Buddhismen kan verken betegnes som teistisk (tror på gud) eller ateistisk (tror ikke

på gud), men snarere som nonteistisk (gudene spiller ingen viktig rolle), som von Glasenapp kalte det. (Se H. von Glasenapp: *Buddhism – A Non-Theistisc Religion*). Buddha godtok åpenbart gudene som eksisterende realiteter, usagt om disse realitetene eksisterte i den objektive, ytre, verden, eller bare i menneskenes subjektive forestillingsverden. Men ut over dette anså han tydeligvis saken som lite interessant.

Det vanligste har vært å oversette deva som "gud", og dette er ikke feil. Men i den buddhistiske mytologi og legendeverden fungerer devaene mer som det vi forestiller oss som engler og helgener, mens diverse brahma-vesener okkuperer høyere plasser på rangsstigen. Derfor har jeg valgt å oversette deva som "engel" og brahma som "gud", om enn ikke helt konsekvent.

Ettersom Mara og Brahma sto sammen i dette verset, falt det naturlig å oversette Mara som "djevel" akkurat her.

126. Pinen (niraya) og lykkens land (sagga). Disse ordene oversettes ofte som "helvete" og "himmel", og så mye er det kanskje ikke som skiller. Grunnen til at jeg ikke fant å kunne bruke disse ordene gjennomgående, er at en viktig forskjell da lett kunne bli utvisket.

I motsetning til himmel og helvete er nemlig verken sagga eller niraya tenkt som blivende oppholdssteder. De som kommer dit, blir der så lenge som de har gjort seg fortjent til det og "faller" deretter over i en annen eksistensform, f.eks. som menneske. Selv de høyeste guder dør når deres tid er omme. Niraya har derfor mer til felles med skjærsilden enn med helvete.

142. Høyreist: brahmana. Brahmanene gjorde krav på å være født til en høyere rang enn andre, og Buddha talte ofte med logikk og ironi imot brahmanenes særkrav. Buddha hevdet at alle mennesker var født med like rettigheter, og prøvde heller å legge et etisk innhold i den velansette og høyt respekterte tittelen "brahman". Når han omtaler brahmaner, går det vanligvis klart fram av sammenehengen om han mener et menneske av "sjelens adel" eller et medlem av brahman-kasten (disse to utelukker naturligvis ikke hverandre) eller en prest.

For å prøve å unngå forvirrende kaste-assosiasjoner har jeg oversatt en "åndens" brahman som en "høyreist".

149. Se note til vers 350.

153–54. Kommentaren forteller at dette var Gotamas første uttalelse etter at han hadde nådd oppvåkningen og blitt en buddha. Det var ved soloppgang under Bodhi-treet at han utbrøt disse to versene som et spontant uttrykk for den gjennomgripende innsikt han hadde oppnådd.

Han sammenligner sin eksistensform, kropp og sinn, med et hus som byggmesteren Begjær stadig bygger opp og holder ved like. Hat, begjær, treghet osv. i alle sine avskygninger utgjør bjelkene i reisverket, og som kronen på det hele ligger uvitenheten som mønsås.

Alle disse negative faktorene mister imidlertid sin makt over den som har sett inn i sinnets og tilværelsens fundamentale natur. For han har knust uvitenheten og oppnådd det ubetingede, nibbana, utslokningen av alt negativt.

157. Kommentaren tolker de tre nattevaktene som livets tre hovedavsnitt. Best er det å begynne fra ungdommen av med å foredle seg selv og gjøre godt mot andre. Glemmer man det på grunn av fornøyelser og sport, får man begynne i moden alder i stedet. Skulle familieforpliktelser og hverdagsstrev føre til glemsomhet også da, får man heller begynne i alderdommen. Men det er da også siste sjanse her i dette livet.

165. Buddhismen har verken sakrament eller prester, noe som henger sammen med den innsikt som de siste to verselinjene gir uttrykk for.

166. Kommentaren sier at dette verset ikke gjelder hverdagssituasjoner, men meditasjonspraksis. Dh.A. forteller:

Kort før Buddhas død ville noen unge munker gå og hylle ham. Men en av dem ville ikke være med. Han ville heller øve sin meditasjon så han kunne bli en arahant mens Mesteren ennå levde.

De andre munkene klandret ham og fortalte det til Buddha. Men han svarte:

– Den som elsker meg, munker, han bør bli som denne munken,. For de som tilber meg med røkelse og slikt, de hyller meg ikke riktig. De som samvittighetsfullt praktiserer mitt ord, derimot, de hyller meg på rett vis. Bli derfor som denne munken, han gjør det som er best for ham selv.

Og han avsluttet med dette verset.

178. Sotapatti – det å komme ut i strømmen – vil si å få det første glimt av nibbana og definitivt begi seg på vei i den retningen. En sotapanna har utslettet de første tre bindinger (samyojana) i seg selv: 1) teorien om en permanent sjel eller jeg-enhet, 2) usikkerhet og tvil, og 3) avhengighet av seremonier og ritualer.

Gjennom videre selvforedling kan han imidlertid svekke 4) sansebegjær og 5) motvilje og hat. Da har han nådd det andre trinn og kalles sakadagami.

Klarer han å utslette begjær og hat fullstendig, når han tredje trinn og blir en anagami.

Men den som arbeider videre med seg selv slik at også 6) lengsel etter det som har form, 7) lengsel etter det formløse, 8) stolthet, 9) rastløshet og 19) uvitenhet blir utvisket, oppnår det fjerde og høyeste trinn. Han blir en arahant, en ærverdig, en som har realisert nibbana her og nå.

Sotapatti er det avgjørende vendepunkt. Er dette først nådd, vil resten før eller siden følge.

183. Mange anser dette verset som kvintessensen av Buddhas lære, som buddhismens "lille bibel".

185. Normen: patimokkha, munkesamfunnets regler.

194. Buddha var selv av adelsfamilie (khattiya) og tellet flere mektige konger i sin omgangskrets. At han likevel hadd emye til overs for en demokratisk samfunnsorden, kan vi se både av hans lovprisning av Vajji-republikken (Digha Nikaya 16) og av den måten munkenes og nonnenes samfunn ble ordnet i praksis. I munkeordenen – bhikkhusangha – er det ingen biskop eller pave. Hvert tempel eller kloster er i prinsippet en selvstyrende enhet (selv om nyere nasjonale ordninger kan variere) som avgjør sine affærer ved "forsamlingens enighet". Patimokkha-reglene og resten av regelverket i Vinayapitaka er deres rettesnor.

202. Personlighetens eksistens: khandha. Buddha analyserte "personligheten" i fem grupper av personlighetsfaktorer – de fem khandhaene: 1) form (rupa), 2) følelse (vedana), 3) identifikasjoner (sañña), 4) reaksjoner (sankhara) og 5) bevissthet (viññana). Hver av disse kunne egentlig fortjene en lengre og grundigere forklaring, men la det her være nok å si at personligheten ses som et dynamisk og stadig skiftende samspill mellom disse, eller rettere sagt mellom alle de enkeltfaktorene som igjen utgjør hver hovedgruppe eller khandha.

De fem khandhaer dekker egentlig et langt videre begrep enn det vi forstår med "personlighet". De omfatter ikke bare subjektet (personligheten), men også objektet (omverdenen) *slik subjektet oppfatter det i øyeblikket*. Det er relasjonen subjekt/objekt som eksisterer; subjekt (jeg) eller objekt (verden) alene er abstraksjoner uten selvstendig eksistens (anatta). Mer om dette kan finnes i abhidhamma og hos store buddhistiske læremestere som f.eks. Vasubandhu.

Med "fred" menes her nibbana.

203. Livsimpulsene: sankhara. Dette ordet kan også bety "det sammensatte", og kommentaren sier at sankhara her står for alle de fem khandhaene, dvs. hele vår sammensatte tilværelse.

204. Dh.A. sier: Trivsel vil si å være tilfreds med nettopp det man har. Dette er en rikdom større enn all annen rikdom.

221. Navn og form – namarupa – er det samme som de fem khandhaer (se note til v. 202). Rupa står her for form (rupakkhandha), nama for de fire øvrige khandhaer.

227–30. Atula var en borger i byen Savatthi. Han gikk til munkene for å høre hva Buddhas lære gikk ut på. Den første munken han traff, Revata, var en taus mann som foretrakk ensomhet. Den andre, Sariputta, foreleste abhidhammas mer intrikate punkter for ham, slik at det gikk langt over hodet på ham. Den tredje, Ananda, uttrykte seg temmelig kortfattet. Ergerlig og misfornøyd gikk Atula til Buddha og beklaget seg, og ifølge kommentaren var disse fire versene en del av Buddhas svar.

236–238. Lampe: dipa. Dette ordet kan også bety "øy", og begge deler kan for så vidt gi god mening. En kan enten se Buddhas lære som en lampe til å lyse opp veien i mørket, eller som ei øy som gir et trygt tilfluktssted for den skipbrudne. Dh.A. forklarer dipa bare som øy i dette tilfellet.

246–47. Disse fem levereglene utgjør buddhismens etiske minstekrav for både legfolk og munker/nonner. De er verken påbud eller forbud, men anbefalte treningsregler som det er opp til enhver å påta seg på frivillig grunnlag. De er ikke primært motivert i autoritetens ord, men i elementære psykologisk-sosiale sammenhenger.

Mange buddhister resiterer disse fem reglene, også kalt Pansil, daglig – enten alene eller sammen med andre. Den eksakte formuleringen av hver regel inneholder disse ordene: Jeg påtar meg som en treningsregel å avholde meg fra ... En enklere omskrivning ser slik ut:

1. Jeg vil ikke skade noe levende vesen.
2. Jeg vil ikke ta noe som ikke blir gitt meg.
3. Jeg vil ikke misbruke seksualitet.
4. Jeg vil ikke føre urett tale.
5. Jeg vil ikke beruse meg på noe rusmiddel.

254–55. Kort tid før Buddha døde, kom filosofen Subhadda bort til ham og spurte om det fantes noen vei, noen fotspor i lufta, om det fantes noen ekte filosof (samana: eneboer-asket-filosof) utenfor Buddhas læresystem, og om noe sammensatt kunne vare evig. Buddha svarte med disse versene.

Buddha omtalte seg oftest i tredje person, som Tathagata. Dette ordet har vært tolket forskjellig, alt etter hvordan man leser de leddene ordet er sammensatt av. Vanlige tolkninger er "Han som har gått slik" og "Han som har kommet slik". Etter min mening beror disse tolkningene på en lesefeil, og en langt rimeligere tolkning er "Han som har kommet fram til sannheten".

260–61. Eldre: thera. Denne hederstittelen brukes gjerne om en som har lang ansiennitet som munk.

264–65. Det ordet som her er oversatt som munk, er ikke bhikkhu, men samana. Dette ordet betegnet på Buddhas tid alle som hadde forlatt sitt tidligere erverv og drev med filosofiske, asketiske og religiøse aktiviteter på heltid, uten å tilhøre brahman-klassen. Samana kan oversettes med filosof, asket, munk, eneboer, vandrer o.l.

I vers 265 har vi et eksempel på en slags ordlek eller "pedagogisk etymologi" som vi ofte kan finne i gamle indiske skrifter. Ordet samana avledes her av sameti (undertrykke) og av samitatta (det å bringe til opphør). Språkvitenskapelig er dette ikke holdbart, men teknikken åpner unektelig for interessante pedagogiske poenger. Se videre note til v. 388.

266. Her har vi et lite ordspill på bhikkhu ("tiggermunk") og bhikkha (almisse).

268–69. Ordspillene fortsetter, her på muni (vismann), monena (ved taushet) og munati (overveie, tenke). Munati er igjen dannet analogt med minati (måle, veie).

Begge verdener: Dh.A.: den indre og ytre, dvs. subjekt/objekt.

275. Brodden: Dh.A.: begjær, lidenskap osv.

277–79. Første linje i hvert vers lyder: Sabbe sankhara anicca. Sabbe sankhara dukkha. Sabbe dhamma anatta. Med dette presiseres tilværelsens tre karakteristika: forgjengelighet (anicca), lidelse (dukkha) og "ikke-jeg" (anatta), som nevnt i innledningen.

283. Her lekes det igjen med ord og betydningsnyanser. Nøkkelordet er vana, som betyr både "skog" og "begjær". "Hogg ned skogen/begjæret, men ikke ett tre", kan bety at alt begjær må fjernes, det er ikke nok å fjerne bare en enkelt faktor. Men det kan også bare tas som en pekepinn på at den vana som skal hogges, ikke er den hvor det vokser trær. Leken fortsetter med ordet vanattha som betyr både "krattskog" og "begjær-tendenser", og sluttstrek settes med ordet nibbana (med kort a: nir + vana), som betyr "uten skog" eller "uten begjær", samtidig som assosiasjoner med det mer kjente nibbana (med lang a) ligger snublende nær.

287. Av alle historiene i Dh.A. er kanskje historien om Kisa Gotami den mest kjente. Den forekommer bare her i kommentaren og ikke i selve Tipitaka, men synes likevel å slå an en autentisk grunntone i all sin rørende enkelhet. Nødvendig for forståelsen av versene kan den neppe sies å være, men temaet er evig aktuelt, så la da denne historien stå som en prøve på Dh.A.s fortellerstil. Her følger historien slik Dh.A. forteller den, bortsett fra at vi hopper over et mindre relevant avsnitt som handler om hvordan Kisa Gotami ble gift.

Det var en gang en pike i Gotami-klanen som var så mager at de kalte henne Magre-Gotami, eller Kisa Gotami. Hun ble gift med sønn av en velstående kjøpmann i Savatthi. Etter en tid ble hun med barn, og ni måneder senere fødte hun en sønn. Men da han var så stor at han nettopp hadde begynt å gå, døde han. Hun hadde aldri sett noen dø før, og ville ikke la de andre bære ham bort for å bli kremert.

"Jeg må finne medisin til gutten min," sa hun. Så vandret hun omkring med den døde kroppen i armene og spurte i alle husene om noen visste om en medisin til gutten.

Og folk sa: "Er du gal, kjære deg? Spør du etter medisin for en som er død? Men hun bare fortsatte, for hun tenkte at hun sikkert ville finne en som kjente den rette medisinen.

Så var det en klok mann som fikk se henne, og han tenkte som så: “Stakkars jente! Hun har ikke sett døden før, og dette er det første barnet hennes. Jeg får prøve å hjelpe henne.”

Han gikk bort til henne og sa: “Jeg vet nok ikke om noen medisin, jenta mi, men jeg kjenner en som vet det.”

“Hvem er det som vet det, far?” spurte hun.

“Buddha vet det, kjære deg. Gå og spør ham!”

“Ja, da vil jeg gå og spørre ham,” sa Kisa Gotami, og ga seg i vei til Jetalunden utenfor byen, der Mesteren holdt til.

Da hun kom fram, hilste hun Mesteren ærbødig og spurte om han visste om noen medisin for gutten hennes.

“Ja,” svarte han, “det gjør jeg.”

“Å, si meg hva det er,” ba hun.

“Du skal bare hente noen få sennepskorn.”

“Ja, det skal jeg nok greie, men hvor skal jeg hente dem fra?”

“Du må få dem fra et hus der det aldri har dødd et barn før.”

“Ja vel, Mester,” svarte hun.

Så hilste hun Mesteren, tok den vesle kroppen på armen igjen og gikk tilbake til byen.

Hun stoppet ved døra til det første huset hun kom til, og sa:

“Har dere noen sennepskorn å gi meg, så gutten min kan bli frisk igjen?”

Joda, de hentet sennepskorn.

“Men det er vel ingen barn som har dødd her i huset?” spurte hun, men folk svarte:

“Hva er det du sier, kjære deg? Mange er døde og få er de som lever!”

“Så behold sennepskornet deres, da kan det ikke hjelpe barnet mitt,” – og hun ga det tilbake.

Slik gikk hun fra hus til hus, men det samme gjentok seg hvert sted, og noe sennepskorn fikk hun ikke tak i. Da kvelden falt på, tenkte hun:

“Å, så dum jeg har vært! Her gikk jeg og trodde at min gutt var den eneste som var blitt rammet av døden, og så er det jo mange flere som er døde enn de som lever i hele byen!”

Og idet hun tenkte dette, kjølnet hennes hete morskjærlighet, og hennes nedbøyde hjerte rettet seg opp. Nå gikk hun og la fra seg gutten på likplassen i skogen, og vendte tilbake til Mesteren og hilste ham ærbødig.

Mesteren spurte: “Nå, har du fått tak i noen sennepskorn?”

“Å nei, Mester, jeg har ikke fått tak i noen. I hele byen er det jo flere som er døde enn de som lever,” svarte hun.

“Du trodde at døden bare angikk din egen sønn, men dette gjelder alt som lever. For dødens konge kommer som en flomkatastrofe og feier alle levende vesener ut i elendighetens hav lenge før de har fått nok av det de ønsker seg.”

Slik underviste Mesteren, og han fortsatte med dette verset:

“Den mann som fylt av higen ...” (v. 287).

Da verset var slutt, nådde Kisa Gotami sotapattis frukt (se note til v. 178), og det samme gjorde mange andre som hørte dette. Nå ba Kisa Gotami om å bli opptatt som bhikkhuni, nonne, og han sendte henne til de andre nonnene og lot henne bli ordinert. Fra da av var hun kjent som Kisa Gotami Theri.

Så hendte det en dag at det var hennes tur til å tenne lampa i møtesalen. Hun ble sittende og se hvordan lampeflammen blafret og flakket, og hun tenkte:

“Akkurat som denne flammen blaffer opp og dør ned, slik er det med alt som lever. Men de som har nådd nibbana, ser det ikke på den måten.”

Og hun fordypet seg i denne tanken. Enda Mesteren satt i sin egen hytte, var det med ett som om han satt rett foran henne i et eneste strålehav, og sa:

“Nettopp, Gotami, nettopp slik er det! Derfor er det bedre å leve bare ett øyeblikk og se nibbana, enn å leve i hundre år uten å se nibbana.”

Og han fortsatte med dette verset:

“Du kan leve i hundre år ...” (v. 114).

Her betyr “den udødelige vei” det element som er uten død, nemlig det udødelige store nibbana.

Da han var ferdig, ble Kisa Gotami, nettopp som hun satt der, en arahant med full innsikt.

294–95. Det gir liten mening å prøve å forstå disse to versene annet enn allegorisk. “Den høyreiste” står her for brahmana (se note til v. 142), men selv om brahmanklassen har framsatt temmelig ubeskjedne krav om overhøyhet i det indiske samfunn, er det lite rimelig å anta at disse versene refererer til slike klasserettigheter. Dh.A. definerer her brahmana som khinasava (en som har fridd seg fra alle negative tendenser i sinnet), et synonym for arahant (se noter til v. 98 og 178).

Dh.A. forklarer den videre symbolikken slik: Moren er begjæret, faren er “jeg er”-illusjonen. To konger av edel byrd står for de to feilaktige ekstremteoriene om at noe kan

være evig og at noe kan bli totalt tilintetgjort. Landet står for de tolv sansekontaktfeltene (ayatana), dvs. de seks subjektive sanseorganer eller porter: øye, øre, nese, tunge, kropp og sinn; og deres objektive felter: synlige former, lyd, lukt, smak, berøringsinntrykk og tanker (idéer, minner). Og liksom landet gir næring til folket, slik gir disse sansekontaktfeltene næring til nytelsen.

To konger fylt av lærdom står for de samme to teorier som de to første kongene. En tiger betegner noe som er farlig, og når den er spesifisert som nummer fem, betyr det at den representerer en gruppe med fem ledd, nemlig de fem hindringer (nivarana, se note til v. 88). Liksom tigeren er en fare for den veifarende, er disse hindringene en fare for den som vandrer den edle vei.

Alt dette skal den høyreiste hogge ned med visdommens sverd, så skal han vandre trygt og uforstyrret.

296–301. Her har vi noen vanlige meditasjonsemner. Å betrakte Buddhas, Dhammas (lærens) og Sanghas (munkeordenens) natur vil si å meditere eller reflektere over deres respektive kvaliteter.

Betraktning av kroppens natur refererer til vipassana- eller satipatthana-metodikken (se note til v. 384), som i korthet går ut på å observere og studere hvordan kropp og sinn fungerer. Dette skal være den beste vei til innsikt.

Nestekjærlighet eller vennlighet (metta) viser til de fire opphøyde tilstander (brahmavihara): vennlighet (metta), medlidenhet (karuna), medglede (mudita) og nøktern sinnsro (upekkha). Disse fire utfyller og beriker hverandre. Metta-meditasjon vil si å fylle sitt sinn med tanker om vennskap og sympati, og la disse tankene favne om alle levende vesener.

302. Reisen refererer til livet selv, tilværelsens kretsløp.

308. En av de mange tradisjonelle lidelsene i Niraya (pinen eller skjærsilden) skulle være å måtte svelge glødende jernkuler.

Det legges stor vekt på munkens (bhikkhuens) moralske ansvar overfor de menneskene som gir ham mat hver dag, i tillitsfull overbevisning om at mottakeren er gaven verdig. Denne tilliten må han ikke svikte ved å la den høye åndelige og moralske standard forfalle.

313. Støv står for lidenskaper.

324. Dette verset er egentlig en del av jataka-fortellingen "Elefanten som forsørget sin mor". Dh.A. henviser til denne historien, men gjengir den ikke. Slike jataka-vers er oftest så nøye sammenknyttet med sin tilhørende prosafortelling at de vanskelig gir noen god mening alene.

Hva så med en symbolsk tolkning? Det virker lite sannsynlig her. Kommentaren gir ingen pekepinn i den retningen, og siden det gjelder en spesielt navngitt elefant (Dhanapalaka kan forresten oversettes som "Skattevokteren"), er det liten grunn til å trekke identifikasjonen med jataka-fortellingen i tvil.

Det er ikke lett å fri seg fra mistanken om at den ærverdige munken som en gang redigerte Dhammapada, her har begått et lite glipp og kommet til å putte et tilfeldig "elefantvers" inn i Elefantkapitlet, uten å vurdere så nøye om det passet inn eller ikke!

339. De trettiseks strømninger: Det finnes tre typer av begjær (tanha): 1) nytelseslyst (kamatanha), 2) eksistensbegjær (bhavatanha) og 3) ødeleggelseslyst (vibhavatanha). Hver av disse tre kan igjen forekomme sammen med hvert enkelt av de tolv sansekontakfeltene (ayatana, se note til v. 294) på denne måten: 1) nytelseslyst angående øyet, osv. ... 36) ødeleggelseslyst angående idéer.

Dette gir et lite eksempel på hvordan den buddhistiske psykologi går fram for å tegne svært detaljerte bilder av sinnets komplekse prosesser og relasjoner. I abhidhammalitteraturen finnes mange tilsvarende detaljanalyser.

344. Et nytt spill på ordet vana (se note til v. 283): skog, begjær. Verset går slik:

Den som er uten vana, søker til vana,
fri fra vana løper han rett til vana.

Ved å sette inn henholdsvis "skog" og "begjær" for "vana" kan leseren selv utforske hvilke kombinasjonsmuligheter som finnes.

Men versets to siste linjer sammen med kommentarens forklaringer levner for så vidt liten tvil om meningen. Verset ble ifølge Dh.A. uttalt i forbindelse med en mann som ble munk og levde i meditasjon i skogen, men som siden ombestemte seg og vendte tilbake til borgerlig status.

350. Noen av de buddhistiske meditasjonsmetodene kan best beskrives som terapeutiske. En av disse metodene er å betrakte urenhet og død. Den som f.eks. var altfor opptatt av sin egen kropp, ble anbefalt å meditere over kroppens urene og motbydelige aspekter. I det gamle India kunne man oppsøke spesielle gravplasser der likene var lagt ut til forråtnelse og villdyr.

I flere klostre i dagens Thailand kan man f.eks. finne et glasskap med et skjelett stående til utstilling i meditasjonssalen.

353. Dh.A. forteller: Den gang da Mesteren hadde nådd fram til allvitenheg og innsikt, tilbrakte han sju uker under Bodhi-treet. Så tok han kappe og bolle og ga seg på vandring til Benares, atten mil borte, for å sette Dhamma-hjulet i omdreining (begynne å undervise). På veien traff han Upaka, en naken asket. Denne sa:

– Holdningen din utstråler fred, min venn, og ansiktstrekkene dine er rene og strålende. Hos hvem er du blitt munk, min venn, hvem er din læremester og hvilken lære følger du?

– Jeg har ingen lærer eller instruktør, svarte Mesteren, og sa fram dette verset.

Asketen Upaka svarte verken med bifall eller kritikk av Tathagatas ord. Han bare ristet på hodet, smekket med tunga og gikk sin vei bortover mot boplassen til noen jegere.

Slik forteller kommentaren om de første ordene Buddha vekslet med noen etter at han hadde nådd oppvåkningen. Den samme episoden fortelles også i Majjhima Nikaya I, 170–71 og i Mahavagga I, 6, 7–9, med den lille forskjellen at samtalen er noe lenger, og etterpå sier Upaka bare:

– Kanskje, min venn. Deretter snur han seg og går.

Hele episoden er merkelig, og den ligner lite på tilsvarende "førsteforkynnelsesepisoder" fra andre religioner. Det som faktisk ser ut til å ha skjedd, var altså at Buddhas første forkynnelse av læren var et fullstendig bomskudd som overhodet ikke traff tilhøreren hjemme! En lite lovende start på lærergjerningen! En slik fiasko kan neppe være noen oppkonstruert historie. hadde den vært det, ville nok Upaka ha reagert annerledes. Men det er betegnende for buddhismens tolerante holdning at det ikke blir heftet noen kritiske eller negative kommentarer til Upakas oppførse.

360. Dh.A. sier at når en munk gjennom øyets port får inntrykk fra de synlige formers objektsfære, så lar han seg ikke lokke av tiltalende objekter, og blir heller ikke forvirret av objekter som han ikke forstår. Hans selvkontroll beskytter og stenger porten som et lokk. På denne måten har han god kontroll over øyet. Øret og de andre portene (se note til v. 294) skal forstås på samme vis.

Men denne kontrollen, eller eventuelt mangelen på kontroll, oppstår ikke bare i selve øyet og de andre portene. Den beror på den forutgående tankeprosessen. Når selvkontroll mangler, har den forutgående tankeprosessen inneholdt disse fem negative faktorene:

mistillit, utålmodighet, slapphet, distraksjon og manglende innsikt. Når selvkontroll oppstår, har tankeprosessen inneholdt disse fem positive faktoren: tillit, tålmodighet, iherdighet, oppmerksomhet og innsikt.

367. Navn og form, se noter til v. 221 og v. 202.

368. Impulsene: sankhara, se note til v. 203.

369. Dh.A. sier: Denne båten er deg selv. Øs den på den måten at du kaster ut de dårlige tankenes vann.

370. Et minnevers, hukommelsesteknikk eller studieteknikk om man vil. Dh.A. forklarer det slik: De fem som skal skjæres over, er de fem første av de ti bindingene (se note til v. 178), og de fem som man skal kvitte seg med, er de fem siste av disse bindingene. De fem som skal utvikles, er tillit, iherdighet, oppmerksomhet, konsentrasjon og innsikt. De fem hindringene er begjær, hat, uvitenhet, stolthet og teorier.

374. Faktorene, khandhaene, se note til v. 202.

383. Dh.A. sier at strømmen er begjærets strøm.

384. Dh.A. sier at med begge metoder menes konsentrasjon (samatha) og innsikt (vipassana).

Dette er de to hovedformene for meditasjon, som de fleste eksisterende metoder kan klassifiseres under.

Konsentrasjonsmeditasjon, samatha eller samadhi, går ut på å konsentrere tanken på ett punkt. Dette kan gjøres på mange måter, som f.eks. konsentrere seg fullstendig om åndedrettet, betrakte en gjenstand eller gjenta et ord eller en kort setning (mantra) om og om igjen i bevisstheten. Når tanken blir tilstrekkelig konsentrert, opphører vanlig begrepsmessig tenkning, og bevisstheten går inn på et plan som er annerledes enn hverdagsbevisstheten.

Disse metodene er ikke noe særegent for buddhismen. De har vært kjent av mange folk og til mange tider, under ulike betegnelser. Flere slike indisk-inspirerte mantrameditasjoner har fått ganske stor utbredelse også i Vesten i nyere tid.

Samatha-meditasjon anses å gi hvile og avspenning, men kan også være viktig som hjelpemiddel til å gjøre sinnet mer konsentrert og lettere å arbeide med, slik at det blir bedre i

stand til å gjennomføre den andre meditasjonsformen, innsiktsmeditasjon eller vipassana, også kalt oppmerksomhetstrening eller satipatthana.

Innsiktsmeditasjon kan også godt praktiseres uten forutgående konsentrasjonstrening, selv om det regnes som gunstig med en viss balanse mellom disse to metodene. Denne meditasjonsformen er speiell for Buddhas lære, og den går ut på å betrakte de prosessene som foregår i kropp og sinn fra øyeblikk til øyeblikk. Denne treningsmetoden regnes som veien til nibbana.

Disse to meditasjonsformene utgjør samtidig de to siste leddene i den åttedelte veien.

Kanskje vi også skal regne med en tredje hovedtype, som vi kunne kalle verbaliserende meditasjon – selv om tradisjonelle buddhistiske meditasjonshåndbøker regner dem under konsentrasjon. Her foregår meditasjonen i form av ord og begreper, og som eksempel kan vi nevne refleksjoner over nestekjærlighet, over fred, et skriftssted, Buddhas eller læresystemets gode egenskaper, osv. Mange former for bønn i andre religioner kan vel kanskje også plasseres inn her. Grensene mellom denne meditasjonsformen og vanlig tenkning er temmelig flytende.

385. Dh.A. sier at denne stranda er de seks indre sansekontaktfeltene (ayatana), mens den andre stranda er de seks ytre sansekontaktfeltene (se note til v. 294). Det at disse strendene ikke finnes, betyr at man ikke kan gripe fatt i noe som kan kalles "jeg" eller "mitt".

388. Vi har allerede sett mange eksempler på hvordan det kan lekes med ord og assosiasjoner. Her assosieres brahmana (høyreist) med baheti (drive ut), samana (vandrer, asket, filosof) assosieres med sama (ro) og pabbajita (eneboer) med pabbajeti (jage bort).

Men i stedet for å prøve å gi en ordrett oversettelse her, har jeg forsøkt å overføre ordleken til våre egne ord. i dette verset lot det seg gjøre uten altfor store avvik, slik at leseren kan få et lite inntrykk av hvordan disse "pedagogiske" ordlekene fungerer i praksis.

398. Dh.A. sier at bommen er uvitenhet, remmer er sinne, bånd er begjær, bissel er de sekstito spekulative teoriene (beskrevet i Digha Nikaya 1: Brahmajalasutta) og tjor er de latente tendensene i sinnet.

423. Fortid står her for pubbenivasa. Direkte oversatt betyr dette "tidligere oppholdssteder", og med dette forstås tradisjonelt tidligere eksistensformer, tidligere liv.

Hovedidéen er å kjenne sin egen bakgrunn, kkjenne alle de forutgående betingelser og forhold som har gjort meg til den jeg er i dette øyeblikk.